இப்படியும் தைக்கலாமே!

முகத்தை அழகு செய்கிறார்கள்!

குழந்தைக்கு டானிக்!

மங்கையர் மலர்

MANGAYAR MALAR
மார்ச் '83 ரூ.1-50



புதிய

பிரிமியர்

முருக்கு அச்சு

இல்லத்தரசிகளின் நிச்சய தேவை

பிரிமியர் முருக்கு அச்சு நேரத்தையும், செலவையும் மிச்சப்படுத்தும் ஓர் ஒப்பற்ற சாதனம். அலுமினியம் அலாயினால் தயாரிக்கப்படுவதால் துரு பிடிக்கும் வாய்ப்பில்லை, சுத்தம் செய்வதும் மிக எளிது.

தங்கள் வீட்டிலேயே ரிப்பன் பகோடா, நட்சத்திர முனைகள் கொண்ட முறுக்கு, தேன்குழல், மெல்லிய இழை கொண்ட இடியாப்பம், ஓமப்பொடி முதலியவற்றை செய்யலாம். இல்லத்தரசிகளின் தேவைக்கேற்ப சேவை செய்யவே பிரிமியர் முறுக்கு அச்சு வடிவமைக்கப்பட்டது.

பிரிமியர் முறுக்கு அச்சு மூன்று அளவுகளில் சென்னை எல்லா பாத்திரக் கடைகளிலும் கிடைக்கிறது.



Manufacturers

S. SIVANESAN & CO

244, MINT STREET, MADRAS-600 003

PHONE : 33926

மங்கையர் மலர்

மார்ச் 1983

உள்ளே... பக்.





சந்தா விவரம்

தனிப்பிரதி ரூ. 1-50

ஆண்டுச் சந்தா ரூ. 18/-

ஆறு மாத சந்தா ரூ. 9/-

அட்டை வண்ணப்படம்: பிரகாஷ்

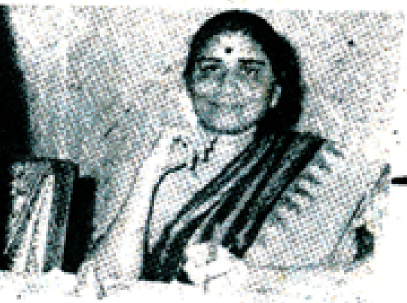
Edited, Printed and Published by V. Murali on behalf of Messrs Bharathan Publications Private Limited, at the Bharathan Press, Race Course Road, Guindy, Madras-600 032 (Phone: 431543)

Assistant Editor: Manjula Ramesh.

'அது ஒரு தொடர்கதை'தான்...

இன்னும் முடியவில்லை





மாநாட்டைத் துவக்கிவைத்து சரோஜினி வரதப்பன் பேசுகிறார். உடனிருப்பவர் கல்லூரி முதல்வர்

திண்டுக்கல்லில் வரதட்சணைக் கொடுமையை எதிர்த்துக் கல்லூரி மாணவிகள் போர்க்கொடி உயர்த்தியிருக்கிறார்கள். ஒரு வாரம் விழாவாகவே கொண்டாடி, பெரிய மாநாடும் ஊர்வலமும் நடத்தியிருக்கிறது எம். வி. எம். அரசினர் மகளிர் கலைக் கல்லூரி.

"தமிழகத்தில் மட்டுமல்ல இன்று இந்தியாவையே ஆட்டிப் படைக்கும் கொடிய வியாதி வரதட்சிணை. இது குறித்து யாருமே கடுமையான நடவடிக்கைகளை மேற்கொள்வது இல்லை. தினசரி நாடெங்கும் நடக்கும் ஏராளமான வரதட்சணைக் கொலைகள் விபத்துக்கள் என்ற பெயரிலே மூடி மறைக்கப்படுகின்றன. திண்டுக்கல்லைச் சுற்றி மட்டும் கடந்த சில மாதங்களில் எங்களுக்குத் தெரிந்து பனிரெண்டு வரதட்சிணைக் கொலைகள் நடந்துள்ளன. ஆனால் எல்லாமே நிவிபத்துக்களாக மாற்றப்பட்டு விட்டன. இதற்கு என்ன காரணம்? பெற்றோர்கள் தங்களுக்கு சட்டப் பாதுகாப்புக் கிடைக்கும் என்பதை அறியாமல் இருப்பதுதான். இந்த நிலை மாற விழிப்புணர்ச்சி ஏற்படுத்த வேண்டும்" என்று தன்னுடைய வரவேற்புரையில் கூறினார் கல்லூரி முதல்வர் திருமதி பார்வதி. சரித்திரப் பேராசிரியை ஸ்ரீமதி வசந்தி தேவியின் அயராத உழைப்பும் இவ்விழாவுக்கு அணி செய்தது.

கல்லூரி முதல்வர் டாக்டர் பார்வதியின் வரவேற்புரைக்குப் பின் வரதட்சிணை எதிர்ப்பு வாரத்தைத் துவக்கி வைத்து திருமதி சரோஜினி வரதப்பன் பேசினார்:

"பல ஆண்டுகளுக்கு முன் இந்தியாவில் இருந்த சதி என்ற உடன்கட்டை ஏறும் பழக்கம் சட்டப்பூர்வமாக எதிர்க்கப்பட்டு மெல்ல மெல்ல அழிந்து போனது. அதேபோல் வரதட்சணையும் சட்டப்படி குற்றமாக்கப்பட்டு விட்டாலும் இன்னும் அழியவில்லை. ஆனால் என்றாவது ஒரு நாள் அக்கொடுமை அழிந்தே தீரும். இதற்கென ஒரு வார விழா ஏற்படுத்தியதுடன் பொதுமக்களை ஈர்க்கருத்து சென்றடைய ஊர்வலமும், பொதுக்கூட்டமும் மாணவிகளால் ஏற்பாடு செய்யப்பட்டிருப்பது இந்தியாவுக்கே வழி காட்டும் செயலாகும்.

கல்லூரி மாணவியர்த் தலைவி நீலா





சரித்திரப் பேராசிரியை வசந்தி தேவி

விடுதலைப் போராட்ட வீரர்களுக்கு நாம் மரியாதை செலுத்துவது போல், பின்னாளில் இத்தகைய தியாக வேள்வியில் ஈடுபடுத்திக் கொண்ட இக் கல்லூரியின் மாணவியரை பெண்கள் சமுதாயம் மதித்துப் போற்றும். இது ஒரு நல்ல ஆரம்பம்'' என்று பாராட்டிப் பேசினார்.

மாணவிகள் 'வரதட்சிணை தரமாட்டோம் என்று கூறும் பெண்களை திருமணம் செய்து கொள்வதில்லை என்று உறுதி எடுத்தனர்..

இரண்டாம் நாள் வரதட்சிணை தடைச் சட்டத்தில் செய்யப்பட வேண்டிய மாற்றங்களை வற்புறுத்திக் கையெழுத்து வேட்டை ஒன்றைக் கல்லூரி மாணவியர் நடத்தினர். கல்லூரி முதல்வர் டாக்டர் சி. பார்வதி முதல் கையெழுத்திட்டு இந்த இயக்கத்தைத் துவக்கி வைத்தார். வரதட்சிணைத் தடைச் சட்டம் மூலம் பெண்களுக்கு நமது நாட்டில் சட்டம் மூலமாக அளிக்கப்பட்டுள்ள பாதுகாப்புகள் குறித்து வழக்கறிஞர் செல்வராஜ் மாணவியரிடையே விளக்கினார்...

"வரதட்சணைத் தடைச் சட்டம் 1961ம் ஆண்டுவாக்கில் இயற்றப்பட்டது. இச் சட்டமானது மொத்தம் பத்துப் பிரிவுகளைக் கொண்டது. முதல் பிரிவு சட்ட அமல் பிரதேசங்களைப் பற்றியது. இரண்டாவது பிரிவு வரதட்சணை என்ற பதத்திற்கு விளக்கம் நல்குவது. ஏழாவது பிரிவு இந்தச் சட்டத்தின் பிரிவுகளை அமல் நடத்தும் வகையில் நடைமுறை விதிகளை ஏற்படுத்திக் கொள்ள மாநில அரசுகளுக்கு அதிகாரம் வழங்கும் பிரிவு.

இச்சட்டம் வரதட்சணை கொடுப்பதை, கோருவதை, வரதட்சிணை சம்பந்தமாக ஒப்பந்தம் செய்து கொள்வதைக் குற்றமாகக் கருதுவதோடு அவற்றுக்கான தண்டனைகளையும் விதிக்கிறது. வரதட்சணைக் குற்றங்களுக்கு ஆறு மாத தண்டனையோ, அல்லது ரூபாய் ஐயாயிரம் வரை அபராதமோ, அல்லது இரண்டு தண்டனைகளுமோ விதிக்கப்படலாம். கட்டாய சிறை தண்டனை என்பது குறிப்பிடப்படவில்லை.

மேலும் நான்காவது பிரிவு பாதிக்கப்பட்டவர்கள் நேரடியாக நீதி மன்றங்களுக்கு வழக்குகளை எடுத்துச் செல்வதைத் தடுக்கிறது. அரசாங்கத்தின் அனுமதி அல்லது இது சம்பந்தமாக அரசால் நியமிக்கப்படும் அதிகாரியின் அனுமதியின் பேரில்தான் வழக்குகளை நீதி மன்றங்களுக்கு எடுத்துச் செல்ல முடியும். இந்த முறை காரணமாக பல குற்றவாளிகள் தப்பித்துக் கொள்ள இடமுண்டு.



மாணவிகளின் ஊர்வலம்

எனவே, குற்றங்களை நீதிமன்றங்களுக்கு எடுத்துச் செல்வது, கட்டாய சிறைதண்டனை அரசு அலுவலர் ஒழுக்க விதி, வரதட்சிணை என்ற வார்த்தைக்கான விளக்கம், வரதட்சிணை வழக்குகளுக்கான விசேஷ நீதிமன்றங்கள், மனைவிகளை விலக்கிவைப்பது, ஆகியவை சம்பந்தமாக நாட்டுத் தொண்டு இட்ட அணிகள் சார்பாகக் கோரப்படும் சட்டத் திருத்தங்களைச் செய்தால்தான் ஓரளவேனும் இந்தச் சட்டத்தை நடைமுறைப்படுத்த உதவி புரியும்.''

எழுச்சிமிகு பேரணி

பதினாறும் தேதியன்று மாபெரும் ஊர்வலம் நடத்தப்பட்டது. ஆயிரத்துக்கும் மேலான மாணவிகள் வரதட்சிணை எதிர்ப்பு கோஷங்களைப் போட்டுக் கொண்டு வந்தனர்.

முன்னணியில் கல்லூரி பேனரை பேரவைத் தலைவி நிலா தாங்கி வர காந்தி கிராம கிராமிய பல்கலைக் கழக துணை வேந்தர் டாக்டர் மு. அறத்தின் துணைவியாரும், சிறந்த சமூக சேவகியுமான திருமதி மினோதி அறம் ஊர்வலத்தைத் தொடங்கி வைத்தார்.

ஊர்வல இறுதியில் ஒரு மாபெரும் பொதுக் கூட்டம் நடைபெற்றது.

மதுரை மாவட்ட ஆட்சித் தலைவர் கு. அறுடைப் பிள்ளை சிறப்புரையாற்றினார்.

''ராஜாராம் மோகன்ராய் இல்லையென்றால் சதிக் கொடுமையால் இன்று எங்கள் இனத்தில் பாதிப் பேர் பலியாகி இருப்போம். ஒரு பாரதியார் இல்லா விட்டால் இப்படி இவ்வளவு பெண்கள், மேடை ஏறிப் பேசும் நிலை வந்திருக்குமா? அதையெல்லாம் மறந்த நன்றி கெட்டவர்கள் அல்ல நாங்கள். இந்தக் கொடுமையை ஒழிப்பதில் ஆண்கள்தான் எங்களுக்கு உதவ வேண்டும். ஆண்கள் பாதுகாப்பாக இருந்தால் எந்த ஒரு திட்டமும் வெற்றி பெறும்'' என்றார் தஞ்சைக் கலைக் கல்லூரி பேராசிரியை திருமதி சாரதா நம்பி ஆரூரான்.

''இக்கொடுமைக்கு ஆண்கள் காரணம் என்று கூறுவதை விடப் பெண்கள்தான் காரணம் என்பது பொருத்தம்.

''பெண்ணைப்பெற்ற தாயார் தனது பெண்ணைத் திருமணம் செய்து கொடுப்பதற்கு சீர் கொடுக்கா விட்டால் அதுதைப் பெண் போன்றதாகி விடும் என்று பைத்தியக்காரத்தனமாக நினைக்கிறார்கள்.

ஆணைப் பெற்றவளோ தனது மகனுக்கு வரதட்சணை, சீர் வாங்காவிட்டால் மற்றவர்கள் மகனுக்கு ஏதோ கோளாறு என்று கருதுவார்கள் என்று முட்டாள்தனமாக நினைக்கிறாள்.

நான் கூறும் கருத்து கோரமானது போல் தோன்றும். இருந்தாலும் சிந்தியுங்கள். ஆண்மகன் தன் கையில் உள்ள பொருளைக் கொண்டு பெண்ணை நாடினால், அதற்கு விபச்சாரம் என்று அழைக்கிறோம். பெண்களே! நீங்கள் வரதட்சிணை, சீர் என்ற பொருட்களைக் கொடுத்து ஆணிடம் சென்றால் அதற்கு என்ன பெயர்?

குடிக்கத் தண்ணீர் கிடைக்காத இம்மாநிலத்தில் சீராக வெள்ளிக் குடம் கேட்கிறார்கள். சிரிப்பாக இல்லை? காட்டுமிராண்டித்தனமான இந்தப் பழக்க வழக்கங்கள், பேராசைக்கார எண்ணங்கள் ஒழிய வேண்டும்.'' என்று நெருப்புப் பொறி பறக்கப் பேசினார் திரு நா. பார்த்தசாரதி.

-ஜெயசந்திரன்-

இம்மாத இல்லத்தரசி போட்டி

பொருள்: சேமியா

முடிவு தேதி: 15-3-83

சமையல் கூப்பன்

.... என்று தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இத்துடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச்சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும், எந்தப் புத்தகத்திலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்

உங்கள் பிரஷர் குக்கர்

குக்கரில் அரிசி ஒரு பங்கு என்றால் தண்ணீர் இரண்டு மடங்கு; துவரம் பருப்பு ஒரு பங்கு என்றால் தண்ணீர் ஒன்றரை மடங்கு என்று வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். வேகவிடும் காய் கறிகளிலோ அரிசி, பருப்பிலோ இரண்டு மூன்று துளிகள் எண்ணெய் சேர்த்தால், ஒன்றோடு ஒன்று ஒட்டாமல் இருக்கும்.

குக்கரில் 'உஸ்...' என்று சப்தம் வந்து எட்டு நிமிடங்கள் லேசான சூட்டில் வேகவைத்து பிறகு இறக்க வேண்டும். காஸ் அடுப்பை அளவு குறைக்கலாம். ஸ்டவ் திரியை இறக்கலாம். மேலே தண்ணீரைத் தெளித்து அவசரமாக இறக்கித் திறப்பது கூடாது.

குக்கரின் மரக் கைப்பிடியின் முனையில் சிறிய அளவில் ஸ்குரு இருக்கும். இதை வாரம் ஒரு முறை தளர்த்தி விட்டு சில துளிகள் தேங்காய் எண்ணெய் விட்டு முடுக்குவது நல்லது.

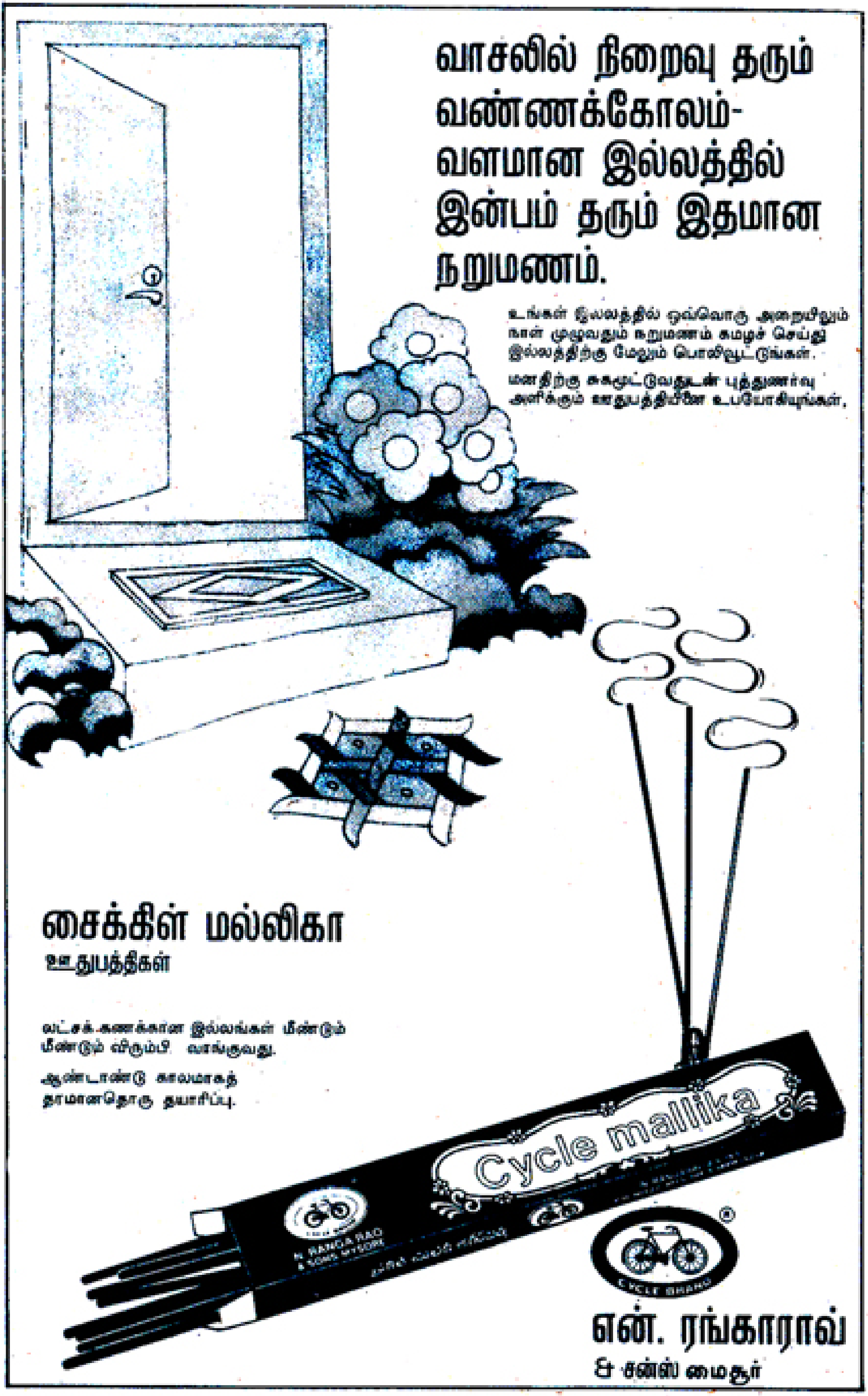
காய்கறிகளை வேக விடும் போது, அது மூழ்கும் அளவுக்கு நீர் விடுவது நல்லது.

அலுமினியப் பாத்திரங்களை வைப்பதற்கு முன் உள்ளிருக்கும் தண்ணீர் கொதித்து ஆவி வரும் போதுதான் இடுக்கியால், ஒவ்வொரு தட்டாக எடுத்துக் குக்கரினுள் பொருத்த வேண்டும்.

குக்கரின் அடிப் பகுதியில் ஏற்படும் கரியைப் போக்க, அதைக் கவிழ்த்துப் போட்டுத் தேய்க்கக் கூடாது. அப்படித் தேய்த்தால் மேற் பகுதி தரையில் உராயும் போது 'காஸ்கெட்' விரிந்து கொண்டு விடும்.

சிறு சிறு பொத்தல்களுடன் கூடிய தட்டைக் கவிழ்த்துக் குக்கர் பாத்திரத்தில் சிலர் போடுகிறார்கள். அப்படிச் செய்யாமல் அந்தத் தட்டில் உள்ள விளிம்பு மேலே இருக்கும்படி பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும்.

'பானு ப்ரியா'



வாசலில் நிறைவு தரும்
வண்ணக்கோலம்-
வளமான இல்லத்தில்
இன்பம் தரும் இதமான
நறுமணம்.
உங்கள் இல்லத்தில் ஒவ்வொரு அறையிலும் நாள் முழுவதும் நறுமணம் கமழச் செய்து இல்லத்திற்கு மேலும் பொலிவூட்டுங்கள்.
மனதிற்கு சுகமூட்டுவதுடன் புத்துணர்வு அளிக்கும் ஊதுபத்தியினை உபயோகியுங்கள்.
சைக்கிள் மல்லிகா
ஊதுபத்திகள்
லட்சக் கணக்கான இல்லங்கள் மீண்டும் மீண்டும் விரும்பி வாங்குவது.
ஆண்டாண்டு காலமாகத் தரமானதொரு தயாரிப்பு.
Cycle mallika
N. RANGA RAO & SONS MYSORE
CYCLE BRAND
என். ரங்காராவ்
& சன்ஸ் மைசூர்

அபிராமி துர்காதாஸ்

அம்மா ஸ்லோகம் சொல்லித் தருகிறாள்

அடுக்களை யுத்த அரங்கமாகக் காட்சி அளித்தது. பாத்திரங்கள் இங்கும் அங்கும் முட்டி மோதிக் கலகலத்துக் கொண்டிருந்தன.

எண்ணெய்க் குப்பியையும் சீப்பையும் கையில் சுமந்தபடி தலைவிரி கோலமாக, 'தலை பின்னிவிடம்மா ஸ்கூலுக்கு நேரமாச்சு' என்று அம்மாவைச் சுற்றிச் சுற்றி வந்தாள் சித்ரா.

"எனக்கு ஸாக்ஸ் போட்டு விடேன்" என்று ஷூவும் ஸாக்ஸுமாகக் கத்திக்கொண்டிருந்தான் பாபு.

"டீ... சாரதா... எனக்கு ஆபீசுக்கு நேரமாச்சு. சமையல் ரெடியா? குளிக்க வெந்நீர் ரெடியா?"

முகம் முழுவதும் சோப் நுரையுடன் கையில் ரேஸருடன் கண்ணாடியின் முன் நின்று குரல் கொடுத்தார் அப்பா.

இத்தனை அமர்க்களத்துக்கும் நடுவே அமர்ந்து சுவாரஸ்யமாக ஆங்கில நாவல் ஒன்றில் மூழ்கியிருந்தாள் லல்லி.



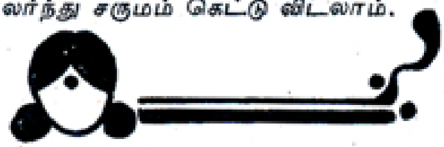
''ஏண்டி லல்லி! இதுகள் கத்தறது காதுல விழல்லே! நானும் பார்க்கிறேன் எப்பப் பார்த்தாலும் என்ன நாவல் வேண்டிக் கிடக்கிறது! எழுந்து வந்து ரஸத்துக்குத் தாளிச்சுக் கொட்டு. நான் இதுகளைக் கவனிக்கிறேன்.''

புடவைத் தலைப்பில் கையைத் துடைத்தபடி நேராக அப்பாவின் பக்கத்தில் போய் நின்றாள் அம்மா.

'ஓ...அம்மாவுக்கு ஏதோ காரியம் ஆக வேண்டியிருக்கிறது. அதுதான் சரியான சமயத்தில் அப்பாவைப் பிடிக்கப் போகிறாள் அம்மா' எரிச்சலோடு பாதி படித்திருந்த நாவலைக் கீழே வீசிவிட்டு சித்ராவின் தலையைப் பிடித்து விருக் விருக்கென்று வாரிவிட்டாள் லல்லி.



உங்கள் முகத்தில் மிக அதிக அளவு முடி இருக்குமானால் அதற்குச் சிறந்த வழி 'ப்ளீச்சிங்தான்' — 500 மில்லி ஹைட்ரஜன் பராக் ஸைடையும் பவுடரையும், சிறு துளிகள் சிறிது முக அம்மோனியா திரவத்தையும் நன்கு கலக்கி அதிக முடியின் மீது தடவுங்கள். ஆனால் உலர்ந்த சருமம் உள்ளவர்களுக்கு இம்முறையினால் தோல் உலர்ந்து சருமம் கெட்டு விடலாம்.



''என்ன...நம்ம ஆத்திலே ஸ்லோக க்ளாஸ் ஆரம்பிக்கலாம்னு இருக்கேன். அக்கம் பக்கத்து மாமிகள் எல்லாரும் 'ஏண்டி சாரதா இவ்வளவு நன்னா ஸ்லோகம் எல்லாம் பாடறே! எங்களுக்கும் சொல்லிக் குடேன்' என்கிறார்கள். நீங்கள் என்ன சொல்றேள்?'' அம்மா ரொம்பவும் பவ்யமாகச் சொன்னாள்.

அம்மா பலே கெட்டிக்காரி.

எந்தக் காரியத்தை அப்பாவிடம் சாதித்துக் கொள்வதானாலும் கத்தி முனையிலோ, அல்லது கழுத்து முடிச்சு முனையிலோதான் சாதித்துக் கொள்வாள்.

என்னடா கத்தி முனை, கழுத்து முடிச்சு என்றெல்லாம் சொல்கிறேனே என்று பயப்படுகிறீர்களா? பயப்பட வேண்டாம்.

அப்பா முக க்ஷவரம் செய்துகொள்கிற நேரத்தையும் கழுத்துக்கு டை அணிந்து கொள்ளும் நேரத்தையும்தான் சொல்லுகிறேன். அந்த இரண்டு நேரங்களிலும்தான் அப்பாவின் எரிச்சல் உச்ச கட்டத்தில் இருக்கும். அந்த நேரங்களில் யார் எது சொன்னாலும் காதில் ஏறாது. மனசிலும் பதியாது. இந்த நேரங்களில் அம்மா தன் விருப்பங்களை அப்பாவிடம் சொல்லிவிட்டு, அப்பாவிடம் சொல்லியாகி விட்டது' என்கிற நிம்மதியில் தன் காரியத்தைச் சாதித்துக் கொண்டு விடுவாள்.

இப்பவும் ஸ்லோகக் க்ளாஸைப் பற்றி அப்பாவிடம் சொல்லிவிட்டுத் தன் வேலையில் ஈடுபட்டாள் அம்மா.

சாப்பிட்டுவிட்டு பேண்ட் சட்டை அணிந்து கொண்டு 'டை'யுடன் அப்பா போராடிக் கொண்டிருந்தபோது டிபன் பொட்டலத்துடன் அம்மா வந்தாள்.

''டீ.... லல்லி... அப்பா ஆபீஸ் போனதும் கதவைத் தாள் போட்டுக்கோ. பக்கத்தாத்து மாமி அடுத்தாத்து மாமி எல்லார் கிட்டேயும் போய் நாளைலேர்ந்து ஸ்லோக க்ளாஸ் ஆரம்பிக்கப் போறேன்னு சொல்லிவிட்டு வருகிறேன்.''

தன் வயதையும் உடம்பையும் மீறின துள்ளலோடு அடுத்த வீட்டுக்குப் போனாள் அம்மா.

மறு நாள் பகல் ஒரு மணி இருக்கும்.

கார்ப்பரேஷன் பள்ளிக்கூடம் மாதிரி 'கஜகஜ'வென்று ஹால் பூராவும் மாமிகளின் கூட்டம். சின்ன வயசில் பாட்டுக் கற்றுக்கொள்ளாத குறையைத் தீர்த்துக் கொள்வது போல ஸ்லோகம் கற்றுக்கொள்ள வந்த சில வயசான மாமிகள், பொழுது போகாமல், பொழுதை நல்லபடியாக கழிக்க நினைக்கும் சில நடுத்தர வயசு மாமிகள், காலேஜ் படிப்பை முடித்து விட்டு கல்யாணமா காரியாலயமா என்று இடைக்கழியில் நிற்கும் சின்னப் பெண்கள். இப்படி பலதரப்பட்ட கூட்டங்களுக்கு நடுவே ஜம்மென்று உட்கார்ந்திருக்கிறாள் அம்மா.

''அபிராமி அந்தாதிதான் முதலில் ஆரம்பிக்கப் போகிறேன்'' என்று சொல்லிவிட்டாள் அம்மா தீர்மானமாக.

சுருதிப் பெட்டி 'ஙொய்' என்று ரீங்காரமிட,

தாரமர் கொன்றையும்
செண்பக மாலையும்...

என்று அம்மா பிள்ளையார் காப்பு சொல்ல, சின்னக் குரலும், கட்டைக் குரலும் கீச்சுக் குரலுமாகச் சேர்ந்து முட்டி மோதிக்கொண்டு ஹாலே கிடுகிடுத்தது.

''அம்மாடீ... சித்த சுருதியைக் குறைத்து வையேன். அத்தனை உசரத்திலே பாட முடியல்லே!''

ஒரு வயசான மாமி சொல்ல, இதுவே நான் பாடற சுதிக்கு ரொம்பக் குறைச்சலா இருக்கு. இன்னும் குறைத்தால் எப்படி? என்று ஒரு சின்னப் பெண் முணு முணுத்தாள்

''ரொம்ப வருஷமா நாம எல்லாரும் வாயைத் திறந்து பாடாமலே இருந்துவிட்டோமோன்னோ அதுதான் இப்படி சிரமமாக

இருக்கு. ரெண்டு நாள் பாடிண்டே வந்தால் எல்லாம் சரியாகி விடும்''

நடுத்தர வயது மாமி ஒருத்தி சமாதானம் சொல்ல, ஒரு வழியாக பிள்ளையார் காப்பு முடித்து அபிராமி அந்தாதியை ஆரம்பித்தாள் அம்மா.

பாதி பாட்டு பாடிக் கொண்டிருக்கும் போதே யாரோ கமறிக் கமறி இருமினார்கள்.

''ஒரு வாய் வெந்நீர்த் தீர்த்தம் இருந்தால் தேவலை. சித்த வாயைத் திறந்தாலே இந்தப் பாழாய்ப்போன இருமல் வந்து தொலைக்கிறது'' என்றாள் தொண்டைக் கமறலுக்குரிய மாமி.

''எனக்கும் ஒரு வாய் வெந்நீர் இருந்தால் தேவலை'' என்றாள் இன்னொரு மாமி மெதுவாக.

இப்படி ஒவ்வொரு மாமிக்கும் தொற்று நோய் மாதிரி தொண்டைக் கமறல் தாகம் எடுக்கவே, ஹால் முழுதும் கனைப்புச் சத்தம் அலை அலையாக எழுந்தது.

இப்போதெல்லாம் ஸ்லோகக் கிளாஸ் ஆரம்பித்ததுமே காதில் பஞ்சை அடைத்துக்கொள்வது வழக்கமாகி விட்டது. சில சமயங்களில் பஞ்சையும் மீறிக் காதுக்குள் புகுந்து நெஞ்சைத் துளைக்கும் சங்கீதத்தைக் கேட்டு வெகுண்டு எழுந்தாள் லல்லி.

''என்னம்மா வர வர ஸ்லோக கிளாஸ் ஒரே சந்தைக் கடை மாதிரி ஆகிவிட்டது!' என்று அலறியபோது அம்மா சமாதானம் செய்தாள்.

''என்னடி செய்யறது லல்லி! ஆசையா ஸ்லோகம் கத்துக்க வரவாளை எப்படி வராதே என்று சொல்வது?''

லல்லிக்கு ஒரு ஐடியா தோன்றியது.

''ஃப்ரீயா நீ ஸ்லோகம் சொல்லித் தரதுனாலேதானே பொழுது போகாத மாமிகள் எல்லாரும் வந்து கூட்டம் போடறா. தலைக்கு மாசம் ஒரு ஐந்து ரூபாய் என்று வசூல் பண்ணு. அப்போ கூட்டம் கணிசமாகக் குறையும்''

''சே... அப்படியெல்லாம் சொல்லாதேடி லல்லி. எல்லோரும் ஆசையாத்தான் கத்துக்க வரா. ஐந்து என்ன பத்து என்று வைத்தால் கூட எல்லாரும் வருவா.''

''பார்க்கலாமா?'' என்று லல்லி சவால் விடவே அம்மாவும் ஒப்புக் கொண்டாள்.

என்ன ஆச்சரியம்!

அடுத்த ஒரு வாரத்தில் கணிசமான கூட்டம் கரைந்தது. எண்ணி ஒரு பத்து மாமிகளே கிளாசுக்கு வந்தார்கள்.

''என் மூன்றாவது பெண் இரண்டாவது பிரசவத்துக்கு வரா. கிளாசுக்கு நான் எப்படி வரது?''

இப்படி ஒரு மாமி நழுவினாள்.

''எங்க அக்கா பொண்ணுக்குக் கல்யாணம நிச்சயமாகி யிருக்கு. நான் போய்த்தான் முறுக்கு அதிரசம் எல்லாம் செய்யணும். ஒரு மாசம் முன்னாடியே போகணும். ஒரு மாஸம் கிளாஸ் விட்டுப் போனா என்னாலே பிடிக்க முடியாதும்மா'' — இப்படி ஒரு மாமி வழுக்கிக் கொண்டு போனாள்.

''இவ சொல்லிக் குடுக்கிற அழகுக்கு ஐந்து ரூபாய் பணம் வேறயா?'' என்று ஒரு மாமி நேரிலேயே சொல்லி விட்டாள்.

இப்படிப் பல மாமிகள் காரணம் சொல்லியும் சொல்லாமலும் நின்றது போக பாக்கி பத்துப் பேர்கள்தான் மிச்சம்.

லல்லிக்கு ஒரே சந்தோஷம்.

அம்மாவுக்கு அதை விடப் பரம சந்தோஷம் கணிசமாய் மாசம் ஐம்பது ரூபாய் கையில் கிடைக்குமே!

ஒரு பத்து நாள் கழிந்திருக்கும். வீட்டுக்கார மாமி வந்தாள். அவளும் இதுவரை இலவச பாட்டுக் கிளாஸில் இருந்தவள். இப்போது மாதம் ஐந்து ரூபாய் என்றதும் நின்றுவிட்டவள்.

''வாங்கோ மாமி!'' என்று வரவேற்றாள் அம்மா.

காலில் உள்ள முடியை அகற்ற வீட்டிலேயே செய்யும் செலவற்ற வழி: ஒரு கிலோ சர்க்கரையை இரண்டு எலுமிச்சம் பழச் சாற்றுடன் கலந்து சிறிது சூடு படுத்துங்கள். அதில் ஒரு துளி எடுத்து விட்டால், கட்டியானால் உங்கள் கிரீம் ரெடியாகிவிட்டது என்று அர்த்தம். இந்தப் பாத்திரத்தைக் கொதிக்கும் நீரில் வைத்து, ஒரு மழுங்கிய கத்தியின் உதவியினால் உங்கள் கால் கைகளில் இதைத் தடவுங்கள். மேலே ஒரு சுத்தமான, நீளமான, சிறிய துணியை அழுத்தி முடி முளைப்பதற்கு எதிர்ப்புறமாக இழுங்கள்.. முடி கையோடு துணியில் வந்துவிடும்.

''டீ....லல்லி, காலை மூட்டி ஒரு பெரிய கெட்டில் நிறைய வெந்நீர் போட்டுக்-கொண்டு வா.''

அம்மாவின் உத்தரவைக் கேட்டு நாவலில் சுவாரஸ்யமாக மூழ்கியிருந்த லல்லி, எரிச்சலோடு எழுந்து சென்று காஸ் அடுப்பை மூட்டி வெந்நீர் போட்டுக் கொண்டு வந்தாள்.

''எங்க பொண் டில்லியிலேருந்து வரா. நீங்க இடத்தைக் காலி பண்ணினால் தேவலை'' என்றாள் எடுத்த எடுப்பில்.

அம்மா திருதிருவென்று விழித்தாள்.

''இரண்டு மாசம் முன்னாடியே சொல்லணும்னு நினைச்சேன். ஆனால் ஏதோ நல்ல சுலோகங்களைச் சொல்லித் தந்துண்டு இருக்

கேளே. இது ஒரு புண்ணிய கைங்கரியம் தானே நமக்கும் அதிலே பங்கு வரட்டும்னு தான் பேசாம இருந்தேன். இப்போ...''

''இப்போ என்ன மாமி?''

அம்மா தயக்கத்துடன் இழுத்தாள்.

''இப்போதான் பணம் வசூல் பண்ணி பள்ளிக்கூடம் மாதிரி நடத்தறேளே. சரிசரி இதெல்லாம் எதற்கு? நீங்க உடனே காலி பண்ணிடுங்கோ.''

மாமி விருட்டென்று போய்விட்டாள்.

''என்னடி இது வல்லி!''

அம்மா அங்கலாய்த்தாள்.

சாயந்திரம் அப்பா வந்ததும் அம்மாவும் பெண்ணுமாக விஷயத்தைச் சொன்னதும் அப்பா குதி குதி என்று குதித்தார்.

காலி பண்ண முடியாது என்ன செய்வார்கள் பார்க்கலாம் என்று சவால் விட்டார்

ஆகக் கூடி அலைந்து திரிந்து அடுத்த தெருவிலேயே ஒரு இடம் பிடித்துவிட்டாள் அம்மா. இந்த இடத்தை விடச் சின்ன இடம் தான். ஆனாலும் வாடகை ஐம்பது ரூபாய் அதிகம். இந்த ஐம்பது ரூபாயை எப்படிச் சரிக்கட்டுவது என்று அம்மா கவலைப்பட்ட போது. ''உன் சுலோகக் கிளாஸ் பணம் ஐம்பதும் கோவிந்தா'' என்று சொல்லி நமுட்டுச் சிரிப்புச் சிரித்தாள் வல்லி.

புது வீட்டுக்கு வந்து அன்றுதான் முதல் கிளாஸ். எல்லா மாமிகளும் வந்திருந்தார்கள்.

கையின் அடியில் உள்ள உரோமத்தை எடுக்கச் சிறந்த வழி பிளேடுதான். ரேசர் உபயோகித்து இதைச் செய்யலாம். இதற்கு முன் அப்பாகத்தில் சிறிது பவுடரைத் தூவி பிறகு எடுங்கள். பிறகு எடுத்த பின்பும் சிறிது பவுடரைத் தூவுங்கள். வேறு எந்தத் திரவ நிலையில் உள்ள வாசனைத் திரவியங்களையும் உபயோகிக்க வேண்டாம்.

—அருணா கோபால்

''ஆனந்தமாய் என் அறிவாய்,
நிறைந்த அமுதமுமாய்....'

''பேஷ் பேஷ். ரொம்ப நன்னா இருக்கு.''

பாட்டில் கனிந்து, கசிந்து உருகி அபிராமி அம்மனே நேரில் வந்து நிற்கிறாளோ என்கிற பரபரப்பில் எல்லோரும் திரும்பிப் பார்த்தார்கள்.

ஆஜானுபாகுவாய் இடுப்பில் கைவைத்துக் கொண்டு ருத்ர தேவதையாக நின்றிருந்தாள் வீட்டுக்கார சுந்தரி அம்மாள்.

அவளைக் கண்டதும் அம்மாவுக்கு கைகாலெல்லாம் வெட வெடவென்று நடுங்கியது.

''வாங்கோ மாமி.''

வல்லிதான் சமாளித்துக் கொண்டு மாமியை வரவேற்றாள்.

''நான் ஒன்றும் ஒங்களோட சேர்ந்துண்டு கோஷ்டி கானம் பாட வரல்லே! இது என்ன சந்தைக் கடையா' அல்லது பஜனை மடமான்னு கடச் கடக் கேட்டுப் போக வந்தேன். இது மாதிரி யெல்லாம் பஜனை பாடறதுன்னா வேற எடம் பார்த்துண்டு போயிடுங்கோ.'' — படபடவென்று பட்டாசாய் வெடித்து விட்டு மாடிப் படி அதிர இறங்கிப் போனாள் சுந்தரி மாமி.

அவள் பின்னாலேயே ஒவ்வொரு மாமியாக இறங்கிப் போனார்கள்

மறுநாள் காலை.

வழக்கம் போல அமர்க்களங்கள்.

''டீ சாரதா ஆபீசுக்கு நேரமாச்சு. சமையல் ரெடியா? வெந்நீர் ரெடியா?'' என்று கத்திய அப்பா ரேஸரை எடுத்து குரங்கு மாதிரி கன்னத்தை உப்ப வைத்துக் கொண்டபோது அம்மா வந்தாள்.

''ஏன்னா... நேத்து சாயந்திரம் அந்த சுந்தரியம்மாள் வந்து கன்னா பின்னாவென்று கத்திவிட்டுப் போனா. வீட்டைக் காலி பண்ணணுமாம். வேற வீடு பார்க்கணுமாம்.

அப்பா காதில் விஷயத்தைப் போட்டு விட்ட நிம்மதியோடு அடுக்களைக்குப் போனாள் அம்மா.

அப்பா குளித்து சாப்பிட்டு உடை உடுத்து டையோடு மன்றாடிக் கொண்டிருந்தபோது அம்மா டிபன் பொட்டலத்தோடு வந்தாள்.

''டீ வல்லி அப்பா ஆபீஸ் போனதும் ஜாக்கிரதையாக் கதவைச் சாத்திக்கோ. நான் அம்புஜத்தாத்துக்குப் போய் வீட்டு விஷயமாச் சொல்லிட்டு வரேன்.''

''சாரதா எங்கே போறே?''

வழக்கத்துக்கு விரோதமாக டையை கழுத்திலிருந்து உருவி எறிந்துவிட்டு அப்பா கத்தினார்.

''இதோ பார் சாரதா, உன் ஸ்லோகக் கிளாஸை இன்னியோட மூட்டை கட்டி வெச்சுடு. வீடு காலி பண்ணவும் வேண்டாம் வேற வீடு பார்க்கவும் வேண்டாம்.''

''சுலோகக் கிளாஸ் ஒண்ணும் முக்கியமில்லை! மூட்டை கட்டி வெச்சுடறேன். ஆனா நான் சொல்ல வந்தது என்னன்னா நாம்ப இந்த மாதிரி குடக்கூலிக்கு இருக்கிறதுனாலதானே நம்மைப் பார்த்து ஒருத்தர் பல் மேல் நாக்கைப் போட்டுண்டு வந்து காலி பண்ணுங்கோன்னு சொல்றா... ஏன்னா நாமே சொந்தமா ஒரு வீடு வாங்கிட்டா என்ன?''

அப்பாவின் பதிலை எதிர்பார்க்காமலே அம்மா வெளியே போய்விட்டாள்.

குழந்தைக்கு டானிக்!



இப்பொழுதெல்லாம் எல்லாத் தாய்மார்களுக்குமே தன் குழந்தையை 'கொழு கொழு'வென்று வளர்க்க வேண்டும் என்ற ஆசை வந்து விட்டது. எந்தக் காலத்திலும் எந்தத் தாய்க்கும் இந்த ஆர்வம் உண்டு என்றாலும் இப்போதெல்லாம் நிறைய விளம்பரங்கள், புத்தகங்கள் இவற்றைப் பார்த்துவிட்டு இந்த டானிக் கொடுக்கலாம், இந்த ஆகாரம் கொடுக்கலாம் என்று தெரிந்து கொள்கிறார்கள்.

இந்த ஆர்வம் இருப்பது நல்லதுதான். ஆனால் எதுவுமே அளவுக்கு மிஞ்சினால் ஆபத்து தான். இந்த வகையிலே ஒரு தாய் தன்னுடைய குழந்தைக்கு விளம்பரத்தில் கண்ட அத்தனை பானங்கள், டானிக்குகளையும்வாங்கி விட்டார். விளைவு? ஒரு வயதில் சுறுசுறுப்பாக இருந்த குழந்தை மூன்றாவது வயதில் மந்தமாகி விட்டான்.

இதற்காகத்தான் தாய்மார்கள் சில அடிப்படை உண்மைகளைப் புரிந்துகொள்ள வேண்டும். பிறந்த குழந்தைக்கு எத்தனை மாதம் தாய்ப் பால் கொடுக்கலாம், எப்பொழுது மற்ற உணவுகளை ஆரம்பிக்க வேண்டும், அவர்களுக்கு என்னென்ன வைட்டமின்கள் அவசியம், அவை அதிகமானால் என்னவாகும்?

பிறந்த குழந்தைக்கு ஒரு மாதம் வரை பாலைத் தவிர வேறு உணவு தேவையில்லை. டெலிவரி ஆகிப்போகும்போது டானிக்குகளையும் சொட்டு மருந்துகளையும் வாங்கிக் கொண்டு போக வேண்டுமென்ற அவசியமில்லை. அப்பொழுது ஏன் டாக்டர்கள் எழுதித் தருகிறார்கள் என்று கேட்கிறீர்களா? இதற்குத் தாய்மார்கள்தான் காரணம்.

'உங்கள் குழந்தை நார்மலாகத்தான் இருக்கிறது. அதற்கு டானிக் எதுவும் வேண்டாம்' என்று சொல்லும் டாக்டரை டாக்டராகவே மதிப்பதில்லை. ஏதாவது நல்ல டானிக்காக எழுதிக் கொடுங்கள் டாக்டர் என்று வற்புறுத்துவார்கள். அவர்களுடைய திருப்திக்காக எழுதிக் கொடுக்கவேண்டியதாகிறது.

குழந்தை பிறந்து ஒரு மாதம் வரை பாலைத் தவிர அதிகப்படியான சத்து வேண்டாம் என ஏன் சொல்கிறார்கள் தெரியுமா? பாலில் இரும்புச் சத்து வைட்டமின் 'சி' தவிர, குழந்தைகளுக்குத் தேவையான மற்ற அத்தனை சத்துக்களும் உள்ளன. ஆனால் தாயின் வயிற்றில் சிசு இருக்கும்போது இந்தச் சத்துக்களைப் பெற்றிருக்கிறது. இது பிறந்து ஒரு மாதம் வரை அதற்குப் போதும். அதிகப்படியாகத் தரும் சத்துக்களினால் பேதி போன்ற கோளாறுகள்தான் ஏற்படும்.

இங்கே ஒரு முக்கியமான விஷயம். பிறந்த குழந்தைக்குத் தாய்ப் பாலுக்கு ஈடான சத்துள்ள, சுகாதாரமான உணவு உலகெங்கிலும் தேடினாலும் கிடைக்காது. இயற்கையே ஒரு குழந்தைக்கு ஆகார அளவு, தேவையான சத்து, சுத்தம் என அத்தனையும் கணக்கிட்டு அதி அற்புதமாக ஒரு தாயிடம் கொடுத்து இருக்கிறது. எனவே ஒரு மாதம்வரை தாய்ப் பாலைத் தவிர வேறு உணவு தேவையில்லை.

இதற்குப் பிறகு இயற்கையாகவே குழந்தை கொஞ்சம் பெரிதாகி விடுகிறது. இப்போது தாய்ப் பாலில் இல்லாத இரும்புச் சத்து, மற்றும் வைட்டமின் 'சி' இவற்றுக்கான சொட்டு மருந்துகளைத் தரலாம். ஆனால் இவை இரண்டும் தாய்ப் பாலிலோ, பசும் பாலிலோ இல்லை என்பதைக் கணக்கிட்டுத்தான் டின் பால்களில் இவற்றைச் சேர்த்திருக்கிறார்கள். ஆனால் டின் பாலை கரைத்துப் பாட்டிலில் தரும்போது மிக மிகச் சுத்தம், சுகாதாரம் தேவை. இல்லையெனில் எளிதில் எந்த வியாதியும் குழந்தைக்குத் தொற்றிக் கொண்டு விடும்.

தாய்ப் பாலைப் பொறுத்தவரை கண்டிப்பாக ஆறு மாதம் ஒரு குழந்தைக்குத் தரப்படவேண்டும். இது ஒரு வயது வரை கொடுக்கலாம். அதன் பிறகு நிறுத்திவிடுவது



நல்லது; அப்போதுதான் குழந்தைக்கும் நல்லது; தாய்க்கும் நல்லது.

மூன்றும் மாதத்திலிருந்து கூழான உணவும், ஐந்தாம் மாதத்திலிருந்து பழ ரசங்களும் கொடுக்க ஆரம்பித்துவிடவேண்டும். ஆறும் மாதம் மிகச் சிறிய அளவில் முட்டை கொடுக்க ஆரம்பித்து விடலாம். ஏழாம் மாதம் முதல் காய்களை நன்கு மசித்தோ, அல்லது வேகவைத்த நீரையோ கொடுக்கலாம்.

இங்கு ஒரு விஷயம். குழந்தை இயற்கையான உணவின் மூலம் கிடைக்கும் சத்துக்களையே தரவேண்டும். அது உடம்புக்குக் கெடுதி செய்வதில்லை. டானிக்குகளைக்கொடுத்தால்தான் குழந்தையை நாம் நன்கு பார்த்துக்கொள்கிறோம் என்றஅர்த்தமில்லை. நீங்கள் நினைப்பது போல டானிக்குகளை அத்தனை முழுமையாக, அதில் உள்ள அளவே சத்துக்கள் இருக்கின்றன என்று நம்ப முடியாது. யார் அளந்து பார்த்தார்கள்?

இயற்கையிலேயே வைட்டமின் சி எல்லாக் காய்கறிகளிலும் கொஞ்சம் கொஞ்சம் இருக்கிறது. இரும்புச் சத்து கீரைகளிலும் முருங்கை வகைகளிலும் அதிகமாக இருக்கிறது. தெரிந்தோ தெரியாமலோ தாய்மார்கள் குழந்தைகளுக்கு காய்கறிகளை, கீரைகளைக் கொடுக்க ஆரம்பித்து விடுகிறார்கள். எனவே குழந்தைகளுக்குத் தேவையான இவ்விரண்டு சத்துக்களும் கிடைத்து விடுகின்றன. பருப்பு, நெய் கலந்த சாதமும், பாலும், மற்ற காய்கறிகளுமே ஒரு குழந்தைக்குப் போதுமானது. அதிகப்படியான டானிக்குகள் தேவையில்லை. இவற்றைக் கொடுத்துத்தான் என் குழந்தை குண்டானது என்று நினைப்பது ஒருவித மனப் பிரமை.

இன்னொன்று, வைடமின் 'சி' டானிக் தருபவர்கள் பாலில் கலந்து தரக் கூடாது. ஏனெனில் பாலில் கலந்தால் இது திரிந்து விடுகிறது. அதே போல வேகவைக்கப்படும் காய்கறிகளிலும் வைடமின் சி மறைந்துவிடுகிறது. இது இந்த வைடமினின் இயல்பான குணம்.

குழந்தைக்கும் பெரியவர்களுக்கும் தேவையான அத்தனை சத்துக்களும் இணைந்துள்ள மிகச் சிறந்த ஒரு ஆகாரம் முருங்கைக் கீரை. கர்ப்பிணிப் பெண்களுக்கு உடலுக்கு அவ்வளவு நல்லது. நாம் மிகச் சாதாரணமாக இந்தக் கீரையை ஒதுக்கி வைப்பதால் நம்முடைய ஆரோக்கிய செல்வத்தையே ஒதுக்கி வைக்கிறோம்.

இந்த முருங்கைக் கீரையையும் வேகவைத்தால் சி வைடமின் போய்விடும். இந்தக் கீரையின் முழுச் சத்தையும் பெற நான் ஒரு வழி சொல்லித் தருகிறேன். தண்ணீரை நன்கு கொதிக்க வைத்து ஒரு டம்ளர் எடுத்துக்கொள்ளுங்கள். அதில் ஒரு பிடி முருங்கைக் கீரையைப் போட்டு மூடிவைத்து விடுங்கள். பதினைந்து நிமிடத்தில் கீரையில் உள்ள சத்து அத்தனையும் நீரில் இறங்கிவிடும். இலைகளை எடுத்துவிட்டு அந்தச் சாறை அவரவர்களுக்குத் தேவையான அளவு குடித்தால் போதும். மிகச் சிறந்த டானிக் இது.

மற்றபடி ஒரு வயதுக்குப் பின் நாம் உண்ணும் உணவு அத்தனையையும் குழந்தைகளுக்குப் பழக்கி விடலாம். ஒன்று, காப்பி டீ இவற்றைத் தராமல் இருப்பது நல்லது. மற்றொன்று எதையும் குழைவான முறையில் ஜீரணமாகக் கூடிய வகையில் தர வேண்டும். இவை தவிர குழந்தைகளுக்கு டானிக் தர வேண்டும் என்று நினைப்பவர்கள் மல்டி வைடமின் டானிக் தரலாம். வேறு எதுவும் அவசியமில்லை.

அதேபோல் காட்லிவர் ஆயில் தரலாம். வைடமின் ஏயும் டியும் உள்ளது. இதைப் பல தாய்மார்கள் இப்போது தருகிறார்கள். ஒரு நாளைக்கு ஒரு காப்ஸ்யூல்தான் தரவேண்டும். இந்த இரண்டு வைடமினும் அதிகமாகப் போய் விட்டால் ஆபத்து உண்டு. குழந்தைக்கு வயிற்றுப் போக்கு, மந்தம், தலை பெரிதாகுதல், சோர்ந்து போதல் முதலியவை ஏற்படும். ஒரு வைடமின் சத்துஅதிகமாகி, மற்றவை குறைந்து அதனால் சிக்கல்கள் வராமல் இருக்கத்தான் மல்டி வைடமின் சிறந்தது என்பது. நார்மல் குழந்தைக்கு வேறு அவசியமில்லை.

குழந்தை கொழு கொழு வென்று இருக்க வேண்டும் என்பதற்காக விளம்பரங்களில் பார்ப்பதை யெல்லாம் வாங்கித் தருவது நல்லதல்ல. குழந்தைக்கு என்ன கொடுக்கிறோம், எதற்காகக் கொடுக்கிறோம் இது அவசியமா என்பதை யெல்லாம் உணர்ந்து கொண்டு ஒவ்வொரு தாயும் செயல் பட வேண்டும். எதைத் தருவதற்கு முன்னும் ஒரு குழந்தை மருத்துவ நிபுணரை ஆலோசனை கேட்பது நல்லது.

- குழந்தை மருத்துவ நிபுணர் டாக்டர் எஸ். சுந்தரம் அவர்களிடம் பேசிக் கொண்டிருந்த போது திரட்டிய தகவல்கள்

-சத்தியப்பிரியா

மெழுகுவர்த்தி நீண்ட நேரம் எரிய இதோ ஒரு வழி: முதலில் மெழுகுவர்த்தியைச் சிறு கிண்ணம் ஒன்றினுள் விட்டு நிற்கு மாறு செய்து விட்டு எரிய விடுங்கள். அப்படிச் செய்தால் தான் மெழுகுவர்த்தி உருகி வழியாமல் நீண்ட நேரம் எரியும்.

—ப்ரியா பாலு


இனிப்பா!
காரமா!
வீட்டிற்கும் ஹோட்டலுக்கும் ஏற்ற தரமான ரவா
பட்லர்
ரவா
உப்புமா, பொங்கல், கேசரி, புட்டு,
பாயாசம், இட்லி, கிச்சடி, பிரியாணி
போன்ற பலகாரங்களை சுவையாக
சமைத்திட—பட்லர் ரவா.
BUTLER
பட்லர் ரவா, இயற்கையிலேயே நறுமணமுள்ளது. பொன் நிறமானது.
1 கப் பட்லர் ரவாவிற்கு, 3 முதல் 4 கப் வீதம் தண்ணீர் சேருங்கள்.
சமைத்த பின் மற்ற ரவைகளை விட 40% வரை அதிக உணவு அளிக்கிறது.
PADA-101
சௌத் இந்தியா கார்ப்பொரேஷன் (ஏஜென்ஸிஸ்) லிட். சென்னை, கோயம்புத்தூர், மதுரை, திருச்சிராப்பள்ளி, செகந்திராபாத், விஜயவாடா, விசாகப்பட்டினம், பெங்களூர், மங்களூர், எர்ணாகுளம் ஆகிய நகரங்களுக்கு விநியோகஸ்தர்கள்.

திரைப்பட விழா சிப்ஸ்

-சலன்

ஒரு காலத்தில் பெண்கள் வேடத்தை ஆண்களே செய்து கொண்டிருந்தது போக இன்று படத்தில் நடிப்பதிலிருந்து இயக்குவது வரை எல்லாத் துறைகளிலும் பெண்கள் தங்கள் திறமைகளைச் சிறப்புறச் செய்து வரும் சாதனையை வெளிச்சம் போட்டுக் காட்டியது. புதுடில்லியில் சமீபத்தில் நடைபெற்ற ஒன்பதாவது சர்வதேசத் திரைப்பட விழா. இந்தப் பட விழாவுக்கு உலகமெங்குமிருந்து நூற்றுக் கணக்கான பெண் சாதனையாளர்கள் வந்திருந்தார்கள். இவர்களில் பலர் இயக்குனர்கள், நடிகைகள்.

எனக்குச் சரியென்று பட்டதைச் செய்கிறேன்!

''பெண்களுக்குச் சுயமாகச் சிந்திக்கும் திறமை இருக்கிறது. அதை அவர்கள் சரியாகப் பயன்படுத்த வேண்டும். நான் யாரையும் கேட்டு முடிவெடுப்பதில்லை. எனக்குச் சரியென்று பட்டால் அதை நான் செய்து முடிவெடுக்கிறேன். மற்றவர்கள் எல்லோரும் பெண்களுக்கும் மனமிருக்கிறது. அவர்களுக்கும் ஆசாபாசங்கள் உள்ளன எனத் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும். திரைப்படங்களைப் பொறுத்தவரை பெண்களைச் சரியான முறையில் காண்பிப்பதேயில்லை. சமுதாய சந்தர்ப்பங்களுக்குப் பலியாவது போல் பெண்களை அவர்கள் காட்டுகிறார்கள். சகித்துக் கொள்ளும் தன்மை உள்ளவர்கள் என்பது போலவே பெண்களைக் காட்டுவதை நாம் மாற்றிக் கொள்ள வேண்டும்.''

-நடிகை தீப்தி நாவல்

கன்னடப் பெண் இயக்குனர்

''எதிர்பாராத திருப்பம் என்று கூறுவார்களே அது நான் இயக்குனர் ஆனது தான்'' எனக் கூறுகிறார் பிரேமா காந்த். கொஞ்சம் கூடத் திரைப்பட இயக்குனர் ஆகவேண்டும் என்ற எண்ணமே இல்லாமலிருந்த இவர் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக இந்தத் திரைப்படத் துறைக்கு இழுக்கப்பட்டார்.

'குதிரை முத்து' என்ற படத்தில் அசோஸியேட் டைரக்டராகப் பணி புரிந்து பலரது பாராட்டுக்களை இவர் பெற்றார். முதல் கன்னடப் பெண் இயக்குநராக இவர் அமைந்தது மட்டுமல்லாமல் தொழில் நுட்பத் துறையை மட்டுமல்ல, எல்லாத் துறையிலுமே பெண்கள் உள்ள குழுவை அமைத்துப் படமெடுக்க இவர் விரும்பினார். ஆனால் பல்வேறு காரணங்களால் அந்த முயற்சி இன்னும் முடிவு பெறாமலே இருக்கிறது.

இந்த முயற்சி கற்றுத் தந்த விரக்தியோ என்னவோ 1981ம் வருடம் மே மாதம் தானே படம் எடுக்க முடிவு செய்து பத்தே மாதத்தில் படத்தையும் முடித்து விட்டார். இவர் பத்து மாதத்தில் எடுத்த (பிரசவித்த!) படம்தான் 'பனியம்மா'. கர்நாடகாவில் இன்றும் பேசப்பட்டு வரும் உண்மைச் சம்பவங்களில் 'பனியம்மா' என்ற குழந்தை விதவைக் கதையும் ஒன்று. இந்தப் படத்தை பொறுத்தவரை இவர் ஒரு பெண்ணின் இரண்டு முகங்களை வெளிப்படுத்துகிறார். ஒன்று அடங்கிப் போவது. மற்றொன்று எதிர்த்துப் போராடுவது.

அடுத்த படம் ஒரு குடும்பத்தின் உறவு முறைகளைப் பற்றிய படமாம்: ''திராகாணு''

''எங்களுடைய எப். ஆர். ஜி. நாட்டில் சுமார் நாற்பது பெண் டைரக்டர்கள் இருக்கிறார்கள். அவ்வளவு பேரும் தங்களுடைய சுய சிந்தனையை உபயோகித்து பெண்கள் சம்பந்தப்பட்ட பல பிரச்னைகளை அலசி ஆராய்ந்து வருகிறார்கள். என்னுடைய படங்கள் பெண்மையின் சிறப்பையும். அவர்களைப்









பற்றியதாகத்தான் இருக்கும். என்றால் அதீதமான கனவுகளில் படத்தை எடுக்க முடியாது. ஏனென்றால் நான் வாழும் சமூகத்தைப் பார்த்து அதன் மூலம் எனக்கு ஏற்படும் அனுபவத்தை வைத்துத்தான் நான் படமெடுக்கிறேன்.

-மார்கரெட் வான் டிராட்டா

தங்க மயில் பரிசைப் பெறுவதற்கு எந்தப் படமும் தகுதியில்லை என்று சொன்ன அதே நீதிபதிகள்தான் பல்கேரிய நாட்டின் 'லியலார்' படத்தைப் பாராட்டுக்குரிய படம் என்று கூறினார்கள். அந்தப் படத்தின் இயக்குனர் இரினா அக்தாஷ் சேவா அந்நாட்டிலிருக்கும் நான்கு முக்கிய பெண் இயக்குனர்களில் ஒருவர். இந்தியப் படங்களின் மறைமுக பாதிப்பு பல்கேரியப் படங்களில் அதிகம் காணலாம். அதற்குக் காரண கர்த்தாவாகச் சொல்லக் கூடிய இந்திய இயக்குனர்கள் சத்யஜித்ரே, பிமல்ராய், ராஜ்கபூர். ஒரு காலகட்டத்தில் இந்தியப் படங்களும், ராஜ்கபூர், நர்கிஸ், ஆகியோரின் புகைப்படங்களும் பல்கேரிய வீடுகளிலும், சாதன் மக்களிடத்திலும் நிறைந்திருந்தது. 'அவாரா' 'ஸ்ரீ-420' ஆகிய படங்களின் பாடல்கள் இன்னும் புகழ் பெற்றவை.

பெண்களுக்காகவே ஒரு திரைப்பட விழா...

சென்ற வருடம் பெண்களுக்காகவே ஒரு திரைப்பட விழாவை உருவாக்கி நடத்திக் காட்டியவர் மீரா தவன். இந்தியாவில் உள்ள ஒரே துண்டுப் படங்களை இயக்கும் பெண் இயக்குனர் இவர்தான். இவர் இயக்கிய துண்டுப்படம் வெள்ளி மயில் பரிசைத் தட்டிச் சென்றது. ''இந்தியாவில் துண்டுப் படங்களைப் பற்றி யாருமே சீரியஸாக எடுத்துக்கொள்ள மாட்டேன் என்கிறார்கள். முழு நீளப் படம் எடுப்பதற்கு இதைப் படிக்கட்டுகளாகத்தான் பாவிக்கிறார்கள். அரசு இன்னும் அதிக சலுகைகளை இம்மாதிரித் துண்டுப் படங்களுக்குத் தர வேண்டும்தான் என்றாலும் அவர்களைக் குறை கூற முடியாது. அரசு பொறுப்பில் உள்ள பிலிம் டிவிஷன் இல்லையென்றால் துண்டுப் படங்களோ, டாக்குமெண்டரியோ பல்வேறு மொழிகளில் மொழி மாற்றம் செய்து அகில இந்திய அளவில் விநியோகிக்கப்படவோ முடியாதில்லையா?'' என்று கேட்கிறார் மீரா தவன்.

முதல் காதலுக்கே திரும்பிவந்தார்!

இயக்குனராக அல்லாமல் ஒரே பெண்மணியாக நீதிபதிக் குழுவில் இருப்பவர் வைஜயந்தி மாலா பாலி. பதினைந்தாவது வயதில் நடிக்கத் தொடங்கிய திருமதி பாலி நடித்த முதல் படம் 'பஹார்'. அதற்குப் பிறகு சுமார் 50 படங்கள் நடித்துவிட்டு இவருடைய முதல் காதலான நடனத்திற்கே திரும்பவும் வந்து விட்டார். இவர் நடனமாடாத இடங்களே இல்லை என்று கூடச் சொல்லலாம். அது மட்டுமல்ல. கால்ஃப் விளையாடுவதிலும் சிறந்தவர். ''இன்றைய சினிமாவைப் பொறுத்தவரை வன்முறையும், செக்ஸும் அதிகமாக இருக்கின்றன. இது நல்லதல்ல. இளம் வயதினர் தங்களது கதாநாயகியர் இப்படிச் செய்வதைப் பார்த்துக் கெட்டுப் போக வாய்ப்புண்டு. தன்னிச்சையாகச் செயல்படும் தயாரிப்பாளர்கள் பொழுது போக்கு அம்சத்துடன் சில படிப்பினைகளையும் சேர்த்துப் படம் எடுத்தால் மிகச் சிறப்பாக இருக்கும்'' என்று கூறினார் திருமதி வைஜயந்தி மாலா பாலி.

திருமணமலர்

அரசாங்க உதவி பெறும் தனியார் பள்ளியில் தமிழாசிரியை (பி.லிட்.)யாக பணியாற்றி வரும் 37 வயது வடமாள், கௌண்டின்ய கோத்ரம்; ஆயில்ய நட்சத்திரம் பெண்ணுக்கு, அரசாங்கத் துறை, ஆசிரியர் அல்லது வங்கியில் வேலை பார்ப்பவர்களும், குழந்தை இல்லாத தாரம் இழந்தவர்களும் விண்ணப்பிக்கவும். உட் பிரிவுகளும் சம்மதம். பெட்டி எண் 677.

30 வயதுள்ள நாயுடு கௌரவ பிரிவு பல்கலைக் கழக உதவிப் பேராசிரியை (எம்.ஏ., பி. எட்.)க்குத் தகுந்த மணமகன் தேவை. நாயுடு உட்பிரிவும் விண்ணப்பிக்கலாம். சம அந்தஸ்துள்ள அரசினர் — தனியார் வேலையில் உள்ளவர்கள் அல்லது சுயமாகத்தொழிலில் உள்ளவர்கள் விரும்பப்படுவர்.
பெட்டி எண் 678.

வன்னிய குல க்ஷத்திரிய கிழத் தஞ்சை மாவட்டத்தில் உள்ள எம்.எஸ்.ஸி. படித்த நல்ல வசதியும் பண்பும் உள்ள 28 வயது பையனுக்கு அதே வகுப்பு அல்லது அதைச் சார்ந்த வகுப்பில் ஓரளவு படித்த நல்ல வசதியும் பண்பும் அழகும் உள்ள குடும்பப் பாங்கான பெண் தேவை. புகைப்படம் மற்றும் ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் 679.

கர்க கோத்ரம், வடமாள், பட்டப் படிப்பு சென்னையில் தமிழக அரசில் வருவாய்த் துறையில் அஸிஸ்டெண்டாக (மாற்றல் இல்லே) பணி புரிந்து மாதம் ரூ. 900 ஊதியம் பெறும் 28 வயதுள்ள பையனுக்கு நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த வடமாள், அழகிய படித்த, மத்திய, மாநில அரசில் வேலை பார்க்கும் அடக்கமுள்ள மணமகள் தேவை. குறிப்பாக, சென்னை, செங்கல்பட்டு மாவட்டத்தில் அரசு வங்கியில் வேலையில் இருப்பவராக இருந்தால் நலம். முழு விவரங்களுடன் ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் 680.

சென்னையில் சொந்த ஆட்டோமொபைல் தொழிற்சாலை வைத்து மாதம் ரூ. 5000'க்கு மேல் வருமானம் உள்ள வசதியுள்ள முதலியார் வரனுக்கு அழகும் வசதியும் உள்ள மணமகள் தேவை. வயது 27. படிப்பு எஸ். எஸ். எல்.ஸி பெட்டி எண் 681.

சிவப்பும் அழகும் உள்ள பி. யூ. ஸி. படித்த முதலியார் பெண்ணுக்கு தகுந்த மணமகன் தேவை. வயது 33 உயரம் 5'.6'' பெட்டி எண் 682.

ஸ்ரீவத்ஸ கோத்ரம் வடமாள் திருவாதிரை எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. நன்குகச் சமையல், தையல், வீட்டு நிர்வாகம், தெரிந்த 26 வயதுடைய காது கேளாத ஊமைப் பெண்ணுக்கு நல்ல குணம், கருணையுள்ளம்கொண்ட படித்த, நிரந்தர வருமானம் கொண்ட மணமகன் தேவை. கோவிலில் வைத்துத் திருமணம் நடத்தித் தரப்படும். வரதட்சணை கொடுக்க வசதியில்லே. இதே மாதிரி குறையுள்ள, வேலே பார்க்கும் ஊமைப் பையனுனும் அல்லது இரண்டாம் தாரமாக இருந்தாலும் பரவாயில்லே. கடைசி வரைக்கும்

மார்ச்சில் நல்ல நாட்கள்

2—3—83 புதன்

காலே 7க்கு மேல் 10—30க்குள் ரிஷபம், பரணி, ரோஹிணி, திருவாதிரை புனர்பூசம், ஆயில்யம், பூரம், அஸ்தம், சுவாதி, விசாகம், கேட்டை, பூராடம் திருவோணம், சதயம், பூரட்டாதி, ரேவதி, இந்த நட்சத்திரக்காரர்களுக்கு விவாகம் சீமந்தம், வளேகாப்பு, காதணி விழா செய்வதற்கு ஏற்றது.

3—3—83 வியாழன்

காலே 4க்கு மேல் 5.30க்குள் கும்ப லக்னம். மேற்படி குறித்த நட்சத்திரக்காரருக்குப் பொருத்தம். அன்று காலே 7—10-30 ரிஷப லக்னம், சுவாதி நட்சத்திரம், அசுவினி, கார்த்திகை, மிருகசீர்ஷம், புனர்பூசம், மகம், உத்திரம், சித்திரை, விசாகம், அனுஷம், மூலம், உத்திராடம், அவிட்டம், பூரட்டாதி, உத்திரட்டாதி நட்சத்திரக்காரருக்கு விவாகம், சீமந்தம், பூமுடித்தல், கர்ண பூஷணம், நிச்சயதார்த்தம் செய்வதற்கு ஏற்றது.

வைத்துக் காப்பாற்ற வேண்டும். போட்டோவுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் 683.

ஸ்ரீவத்ஸ கோத்ரம், பரணி நட்சத்திரம், வாத்யமான் வயது 29. பி.காம், தேசிய பாங்கில் (பீஹாரில்) பணிபுரியும் ஐயர் பையனுக்கு 5'3'' உயரத்திற்கு மேல் உள்ள அழகான, 25 வயதுக்குள்ளான, பட்டதாரியும், பாங்கில் பணிபுரியும் பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் பரவாயில்லை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் 684.

திருமண மலர்ப்பகுதியில் விளம்பரம் செய்ய கட்டணம் ரூ. 30/- தொகையை 'மங்கையர் மலர்' என்ற பெயருக்கு போஸ்டல் ஆர்டராக மட்டுமே அனுப்பவேண்டும். ஒரு விளம்பரத்தில் ஒருவருக்கு 30 வார்த்தைகளுக்குள் விவரங்கள் தர வேண்டும். பதில் அனுப்புபவர்கள் ''விளம்பரதாரர், பெட்டி எண்.... c/o மங்கையர் மலர், கிண்டி, சென்னை-600032 என்ற விலாசத்துக்கு அனுப்பவும். தனிப்பட்ட கடிதப் போக்குவரத்து கிடையாது.

27 வயது, ஆற்காடு முதலியார் (அசைவம்) மாநிறம், 5'2'', படிப்பு எஸ். எஸ். எல். ஸி. பாஸ். நன்றாகச் சமைக்கத் தெரிந்த பெண்ணுக்கு நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த் நல்ல வேலையில் இருக்கும் மணமகன் தேவை. செங்குந்த முதலியாரைத் தவிர மற்ற பிரிவினர் ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் 685.

பார்க்கவ குலம் (நத்தமன் உடையார்) பள்ளிப் படிப்பும், தையல் பயிற்சியும் பெற்றுள்ள 17 வயது மணமகளுக்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த நல்ல வேலை அல்லது தொழில் செய்யும் மணமகன் தேவை. போட்டோ, ஜாதகம், மற்ற விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் 686.

மாநில அரசில் ரூ. 1000 சம்பளம் பெறும் 48 வயது இந்து, உடையார் வகுப்பைச் சேர்ந்த பட்டதாரி அதிகாரிக்கு படித்த, வேலையில் உள்ள 30 வயதுக்கு மேல் உள்ள மணமகள் தேவை. ஜாதி, மத பேதமில்லை. மணமகள் இதுவரை திருமணமாகாதவர் விதவைகளும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண் 687.

வடமாள், ஹரித கோத்ரம், 29 வயது பட்டதாரிப் பையன். ஸ்டெனோ சென்னை பிரபல அயல் நாட்டுக் கம்பெனி 168 செ.மீ. உயரம். கேட்டை. சென்னையில் வேலை பார்க்கும் தகுந்த பெண் தேவை. எளிய திருமணம் பெட்டி எண் 688.

சோழிய வெள்ளாளர், சதய நட்சத்திரம், 28 வயது பெண், எஸ். எஸ். எல். ஸி. அழகு, குணம், வேலையில் இல்லாத பெண்ணுக்கு வரன் தேவை. சகோதரன் 31 வயது மத்திய அரசில் வேலை. திருச்சியில் ரூ. 700 சம்பளம். இவருடன் பெண் கொடுத்துப் பெண் பெற மட்டும் அல்லது பெண்ணுக்கு மட்டும் ஜாதகம், மற்ற விவரங்களுடன் எழுதுக. பெட்டி எண் 689.

சிகப்பு, அழகு, கான்வென்ட் படிப்பு எம். ஏ. (ஆங்கில இலக்கியம்) படித்த இந்து நாடார் மணமகளுக்குப் பொருத்தமான, அதே இனம், மதத்தில் மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் 690.

அழகுள்ள ஹிந்து நாடார் டாக்டர் மணமகளுக்குத் தகுந்த மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் 691.

''இந்து யாதவ தெலுங்கு (கொல்லா) சித்திரை நட்சத்திரம் வயது 27, உயரம் 5'5''

4—3—83 வெள்ளி

காலை 4—30க்கு மேல் 6 மணிக்குள் கும்ப லக்னம் அசுவினி, கார்த்திகை, மிருகசீரிஷம், புனர்பூசம், பூசம், மகம், உத்திரம், சித்திரை, விசாகம், அனுஷம், மூலம், உத்திராடம், அவிட்டம், பூரட்டாதி, உத்திரட்டாதி, நட்சத்திரக்காரருக்கு விவாகத்திற்கு உத்தமம்.

10—3—83 வியாழன்

காலை 9க்கு மேல் 10—30க்குள் ரிஷப லக்னம், பரணி, ரோகிணி, மிருகசீரிஷம், புனர்பூசம், ஆயில்யம், பூரம், பூராடம், திருவோணம், அவிட்டம், பூரட்டாதி, ரேவதி, அஸ்தம், சித்திரை, கேட்டை, விசாகம்

தனியார் நிறுவனத்தில் சம்பளம் ரூ. 750. பெண்ணுக்கு இதே இனத்தைச் சேர்ந்த 30—35 வயதுக்குள் பெங்களூரில் நல்ல வேலையில் உள்ள வரன் தேவை. ஜாதக விவரங்களுடன் எழுதவும். வெளியூரில் இருப்பவர்களும் எழுதலாம்.''
பெட்டி எண் 692.

பி. யூ. சி. வரை படித்து வீட்டு வேலைகளில் நல்ல பயிற்சி உள்ள 29 வயது கள்ளர் பெண்ணுக்கு டாக்டர் மணமகன் தேவை. கள்ளர் அல்லது மற்ற முக்குலத்தோர் தொடர்பு கொள்ளவும்.
பெட்டி எண் 693.

பாரத்வாஜ கோத்ரம் திருவோணம் இரண்டாம் பாதம் 5' உயரம் 25 வயது ஸ்மார்த்த தேசஸ்த ராயர். குடும்பப் பாங்கான, பம்பாயில் வசிக்கும் மெட்ரிக் படித்த பெண்ணுக்கு சர்க்கார் அல்லது நல்ல உத்தியோகத்தில் உள்ள பிராமண குல மணமகன் தேவை. உட்பிரிவு பேதமில்லை. பெட்டி எண் 694.

கௌண்டின்ய கோத்ரம், பிரஹசரணம் எஸ். எஸ். எல். ஸி. பாஸ் செய்த வேலை பார்க்கும் பெண்ணுக்கு 34 முதல் 39 வரை வயதுள்ள மணமகன் தேவை. உயர்ந்த படிப்பும், அதிக வருமானமும் தேவையில்லை. வடமாள் அஷ்ட சஹஸ்ரம் பிராமணர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெண்ணின் தந்தை சொந்த எலக்ட்ரானிக் வியாபாரம் செய்கிறார். பெட்டி எண் 695.

பாரத்வாஜ கோத்ரம், பரணி நட்சத்திரம் தமிழ் ஐயர் (வடமான்) 21 வயது ஹெச். எஸ். ஸி. படித்த அழகான, குடும்பப் பாங்கான பெண்ணுக்கு 30 வயதுக்குள் நல்ல வேலையில் இருக்கும் மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். விவரங்களுக்கு விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் 696.

20 வயது எஸ். எஸ். எல். ஸி. படித்த கேரள ஐயர் (வடமாள்) பெண்ணுக்கு நல்ல உத்தியோகத்தில் உள்ள படித்த வரன் தேவை பூரம் நட்சத்திரம் கௌண்டின்ய கோத்ரம். உயரம் 5 அடி 3 அங்குலம். (வடமாளைத் தவிர வேறு உட்பிரிவிலுள்ளவர்களும்) ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் 697.

கௌண்டின்ய கோத்ரம், ப்ரஹசரணம் கார்த்திகை, பி. காம் படித்தவர், திருச்சிராப்பள்ளியில் மத்திய அரசு அலுவலகத்தில் உத்தியோகம். சம்பளம் ரூ. 1100. சொத்து ரூ. 50,000. 36 வயது. ஆனால் 28 வயதே மதிக்கத் தக்க இளமையான தோற்றமுள்ள ஐயர் பையனுக்கு பாங்கிலோ வேறு உத்தியோகத்திலோ உள்ள நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த அழகுள்ள பெண் தேவை. உட்பிரிவுகள் பரவாயில்லை. ஜாதகம், விவரங்களுடன் எழுதவும். பெட்டி எண் 698.

ஸ்ரீவத்ஸ கோத்ரம், மூலம் 3, வடமான் ஐயர், வயது 33, கமர்ஷியல் டாக்ஸ் ஆபீஸில் சித்தூரில் வேலை செய்யும் பெண்ணுக்கு 40 வயதுக்குள் நல்ல உத்தியோகத்தில் இருக்கும் அல்லது தொழில் செய்யும் மணமகன் தேவை. ஜாதகம் அவசியம் இல்லை. உட் பிரிவுகள் சம்மதம். விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் 699.

திருமணமாகி இரண்டு மாதங்களில் பிரிந்து விவாகரத்து பெற்ற நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த, வீணை, தையல், வீட்டு வேலை தெரிந்த 22 வயது எஸ். எஸ். எல். ஸி. அழகான பிராமணப் பெண்ணுக்கு 35 வயதுக்குள் பரந்த மனப்போக்குடைய நல்ல நிலையில் இருக்கும் வரன் தேவை. மனைவியை இழந்து, குழந்தை இல்லாதவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண் 700.

நட்சத்திரக்காரருக்கு விவாகம், சீமந்தம், வளைகாப்பு, நிச்சயதார்த்தம், ருதுசாந்தி, மஞ்சள் நீராட்டு விழா செய்ய உத்தமமாகும்.

17—3—83 வியாழன்

காலை 7—30 — 9—00 மேஷ லக்னம். ரேவதி, உத்திராடம், மிருகசீரிஷம், புனர்பூசம், ஆயில்யம், பூரம், உத்திரம், சித்திரை, விசாகம், கேட்டை, பூராடம், அவிட்டம், பூரட்டாதி, கார்த்திகை நட்சத்திரக்காரருக்கு விவாகம், சீமந்தம், உபநயனம், பூச்சூட்டல், காதணி விழாவுக்கு உகந்த நாள்.

21—3—83 திங்கள்

காலை 6க்கு மேல் 7-30க்குள் மேஷம். பரணி, ரோகிணி, திருவோணம், புனர்பூசம், ஆயில்யம், பூரம், அஸ்தம், சுவாதி, விசாகம், கேட்டை, பூராடம், திருவோணம், சதயம், பூரட்டாதி, ரேவதி, நட்சத்திரக்காரருக்கு விவாகம், சீமந்தம், கிரகப் பிரவேசம், நிச்சயதார்த்தத்திற்கு உகந்தது.

தமிழ்நாடு அரசு வேலையில் உள்ள 30 வயது எம். எஸ்.ஸி. பி.எட்., கோனார் ஜாதி மணமகனுக்கு அதே ஜாதியில் பட்டதாரி அல்லது மேற்படிப்புப் பட்டம் பெற்ற (அரசு வேலை விரும்பத் தக்கது. பேங்க் அல்லது ஆசிரியை எம். எஸ்.ஸி எம். எட். போன்ற) மணமகள் தேவை. பெட்டி எண் 701.

வயது 30. உத்திராடம், பி.யூ.சி. சென்னையில் சொந்தத் தொழில், சொந்த வீடு. ஹாஸ்டலில் படிக்கும் சிறுபெண் குழந்தைகள் உண்டு. நல்ல வருமானமும் அழகான தோற்றமும் உள்ள செட்டியாருக்கு (விடோயர்) இரண்டாம் தாரமாக வேலையில் உள்ள (அ) இல்லாத சைவ இன மணமகள் தேவை. புகைப்படம் அனுப்பினால் நல்லது. பெட்டி எண் 702.

வாதூல கோத்ரம், அய்யங்கார் வடகலை சித்திரை நட்சத்திரம் 26 வயது நல்ல பெரிய படிப்பு பாங்க் ஆபீசர் ரூ. 1900 சம்பளம் 5'5'' உயரம். பார்க்க லட்சணமான வரனுக்கு 23 வயதிற்கு உட்பட்ட பட்டதாரி படிப்பு, பாட்டு தெரிந்த பாவையின் விபரம் போட்டோவுடன் வரவேற்கப்படுகிறது. பெட்டி எண் 703.

வாதூல கோத்ரம், கேட்டை நட்சத்திரம் பி.எஸ்.ஸி. படித்து குடும்ப காரியங்களில் நல்ல தேர்ச்சியுள்ள 5'.2''சிவப்பு,ஸ்மார்த்த வடமான் பெண்ணுக்கு வடமானைச் சேர்ந்த நல்ல வேலையில் இருக்கும் உயர்ந்த குடும்பத்தினைச் சேர்ந்த சி. ஏ., இன்ஜினியர் போன்ற உயர் படிப்புப் படித்த மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் 704.

திருநெல்வேலி, இந்து சைவ வேளாளர் பிள்ளை, வயது 35, பரணி நட்சத்திரம், டெலிபோன் இலாகாவில் (மத்திய அரசு) டெலிபோன் ஆபரேட்டராக சென்னையில் பணி புரியும் நல்ல சுபாவமுள்ள வாலிபருக்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த எஸ்.எஸ். எல். சி. படித்த, அழகும், குணமுமுள்ள பெண் தேவை. உத்தியோகத்தில் இருந்தால் நல்லது. ஜாதகத்துடன் விவரம் எழுதவும். பெட்டி எண் 705.

வடமான் – கௌண்டன்ய கோத்ரம். திருவோணம் தேசிய வங்கியில் பணி மாத வருமானம் ரூ. 1500. பெண்ணுக்குத் தகுந்த-உத்தியோகத்தில் உள்ள உயரம் 5' 4''க்கு மேல் போகாமல் மணமகன் தேவை. பிரவசரணமும் பார்க்கலாம். விவரம் ஜாதகத்துடன் எழுதவும். பெட்டி எண். 706.

29 வயதான மாநிறமுள்ள பி. யூ. சி. படித்த வீட்டு நிர்வாகத்தில் நன்கு தேர்ச்சி பெற்ற நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த வடமான் பிராமணப் பெண்ணுக்கு கண்ணியமான அன்புடைய வசதி பெற்ற 35 வயதை அனுசரித்த வரன் தேவை.இதர உட்பிரிவினராலும் தாரமிழந்தவரானாலும் சம்மதம். பெண் விபத்தினால் சிறிது ஊனமடைந்தவள். பெட்டிஎண் 707.

32 வயதான, நல்ல உயரமுள்ள பேங்க் வேலையில் உள்ள பிராமணப் பையனுக்கு குடும்பப் பாங்கான, வேலைக்குப் போகும் பட்டதாரிப் பெண் தேவை. சங்கீதம், ஹிந்தி தெரிந்திருந்தால் விரும்பத் தக்கது. 1500 ரூபாய் சம்பாத்தியம். ஆனால் பி.ஏ. பாஸாகவில்லை. பெட்டி எண் 708.

தமிழக அரசு உயர் பதவியில் உள்ளவரின் மகள். வயது 17. பிளஸ் 2 படிக்கும் அழகும் அந்தஸ்தும் உள்ள ஆற்காடு வேலூர் முதலியார் வகுப்பைச் சேர்ந்த பெண்ணுக்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த அந்தஸ்தும் வசதியும் உள்ள மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் 709.

23–3–83 புதன் கிழமை

5-30க்கு மேல் 7-க்குள் மேஷம், பரணி, ரோகிணி, திருவாதிரை, பூரம், ஆயில்யம், பூசம், அஸ்தம், சுவாதி, அனுஷம், கேட்டை, ரேவதி, பூராடம், திருவோணம், சதயம், உத்திரட்டாதி, நட்சத்திரக்காரருக்கு விவாகத்துக்கு உகந்தது.

24–3–83 வியாழன்

காலை 7-00, 10-30: அசுவினி, கார்த்திகை, மிருகசீரிஷம், புனர்பூசம், ஆயில்யம், மகம். உத்திரம், சித்திரை, விசாகம், கேட்டை. மூலம். உத்திராடம், அவிட்டம், பூரட்டாதி, ரேவதி, நட்சத்திரக்காரருக்கு விவாகம், சீமந்தம், மஞ்சள் நீராட்டுக்கு உகந்த நாள்.

30–3–83 புதன்:

காலை 6-00 7-30க்கு மேஷம். பரணி, ரோகிணி, திருவாதிரை, புனர்பூசம், ஆயில்யம், மூலம், அஸ்தம், சுவாதி, விசாகம், கேட்டை, பூராடம்,

பெண்கள் மேல்நிலைப் பள்ளியில் ஆசிரியையாகப் பணி புரியும் 35 வயதுள்ள சைவ வெள்ளாள பிள்ளை பெண்ணுக்கு சைவ முதலியார் — சைவ பிள்ளை வகையில் 39—40 வயதுக்கு மேல் உத்தியோகத்தில் இருக்கும் மணமகன் தேவை. தாரம் இழந்தவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண் 710.

பிரஹசரணம், ஸ்ரீவத்ஸ கோத்ரம், மிருகசிரீடம், பி. ஏ., 29 வயது, உயரம் 5'5''. சென்னையில் மத்திய அரசு நிறுவனத்தில் பணி புரியும் ஐயர் பெண்ணுக்கு மணமகன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் 711.

வடமாள், கௌசிக கோத்ரம், விசாகம் 4ம் பாதம் எஸ்.எஸ்.எல்.சி. பாஸ் செய்த தபால் தந்தி இலாகாவில் ரூ. 750 சம்பளத்தில் பணி புரியும் பெண்ணுக்கு 36—40 வயதுள்ள அரசாங்க வேலையில் உள்ள வடமாள் பிரிவை மட்டும் சேர்ந்த பையன் தேவை. பெட்டி எண் 712.

பாரத்வாஜ கோத்ரம். ஐயர். உயர்மட்ட அதிகாரி 43 வயது பட்டதாரிக்கு ஆரோக்கியமான, உயரமும், படிப்பும் உள்ள குடும்பப் பாங்கான பெண் தேவை. விதவை. அனுதைப் பெண், எந்தப் பிரிவு பிராமணராக இருந்தாலும் பரவாயில்லை. பெட்டி எண் 713.

பிரஹசரணம், அய்யர், கௌண்டின்ய கோத்ரம், ரேவதி நட்சத்திரம், 7ல் செவ்வாய் தோஷம்.பட்டதாரி.சென்னையில் ஸ்திர உத்தியோகம். ஸ்திர சொத்து, நல்ல வருமானம் உள்ள 24 வயது ஒரே பையனுக்கு உத்தியோகத்தில் உள்ள பெண் தேவை. பெட்டி எண் 714

சுவாதி. பாரத்வாஜ கோத்திரம், வடமாள். பி.ஈ. கவர்ன்மெண்ட் கம்பெனியில் சீனியர் ஆபீசர். வசதிகளுடன் கூடிய பையனுக்கு (வயது 29) கிராஜுவேட் படித்துள்ள நல்ல குணம், நல்ல குடும்பத்துப் பெண் தேவை. பையன் Juvenile Diabetes இருந்தாலும் நல்ல ஆரோக்கியத்துடன் உள்ளவன். வரதட்சிணை இல்லை. எளிய திருமணம். பெட்டி எண் 715.

பாரத்வாஜ கோத்ரம், மூல நட்சத்திரம், பார்க்க லட்சணமாக உள்ள 36 வயது ஐயர் பெண்ணுக்கு நல்ல உத்தியோகத்தில் உள்ள 42 வயதுக்குள் மணமகன் தேவை. பெண்ணுக்குச் சங்கீதம் நன்றாகத் தெரியும். ஜாதகம் இல்லை. பெட்டி எண் 716.

சைவ செட்டியார், 23 வயது, எம்.ஏ. (ஆங்கிலம்) படித்த பெண்ணுக்கு தகுந்த படிப்பும், நல்ல வேலையில் உள்ள சைவ வேளாள பிள்ளை — செட்டியார் வகுப்பைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவை. புகைப்படம் மற்றும் முழு குடும்ப விவரங்களுடன் எழுதவும். பெட்டி எண் 717.

வடகலை, பாரத்வாஜ கோத்ரம், சுவாதி 34 வயது தமிழக அரசில் வேலை செய்யும் குடும்பப் பாங்கான அழகுள்ள பெண்ணுக்கு மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் 718.

சென்னை நகரில் அரசு அலுவலகத்தில் பணி, கார்காத்தார் பிள்ளை, வயது 22. வசதியுள்ள பெற்றோருக்கு ஒரே பெண்ணுக்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த சென்னையிலேயே நல்ல வேலையில் இருக்கும் மணமகன் தேவை. தென்னுற்காடு அல்லது தஞ்சை மாவட்டத்தைச் சேர்ந்தவர்களாயின் நலம். பெட்டி எண் 719.

எதிர்பாராத காரணங்களால் விவாகரத்து கோரிய வடமாள் 35 வயதுள்ள உயர் பதவி வகிக்கும் இளைஞருக்கு பரந்த மனமுடைய பெண் தேவை. குழந்தையில்லாத விதவை. மணமுறிவுற்றவர், அனைத்து பிராமணப்பிரிவுகளும் சம்மதம். பெட்டி எண் 720.

தமிழ் அய்யர், அஷ்ட சகஸ்ரம், பௌர்குத்ஸ கோத்திரம், பரணி, வயது 38 எஸ். எஸ். எல். சி. படித்த மற்றும் அகவதி, வயது 27, பி. ஏ. படித்த மத்தியதர குடும்பத்தைச் சேர்ந்த, வீட்டு வேலைகளில் நன்கு தேர்ச்சி பெற்ற சகோதரிகளுக்குத் தகுந்த மணமகன் தேவை. உட் பிரிவு சம்மதம். ஜாதகத்துடன் முழு விவரம் எழுதவும். நல்ல முறையில் திருமணம். பெட்டி எண் 721

கௌண்டின்ய கோத்ரம், வடமாள் ஆயில்யம் 3ம் பாதம் 8ல் செவ்வாய். பி.எஸ்.ஸி. 23 வயது அழகான, குடும்பப் பாங்கான, தற்காலிக உத்தியோகம் ரூ. 300 . பணி புரியும் பெண்ணுக்கு 30 வயதுக்குள் நன்கு படித்த பதவியில் உள்ள மணமகன் தேவை.. உட்பிரிவு ஏற்கப்படும். ஜாதகம், குடும்ப விவரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் 722.

திருவோணம், சதயம், பூரட்டாதி, ரேவதி, நட்சத்திரக்காரருக்கு விவாகம், நிச்சயதார்த்தம், கிரகப்பிரவேசத்திற்கு உகந்தது.

12—3—83 மகா சிவராத்திரி 14—3—83 அமாவாசை, காரடையா நோன்பு
19—3—83 கிருத்திகை. 20—3—83 சஷ்டி விரதம் 28—3—83 ஹோலி,
பங்குனி உத்திரம், பௌர்ணமி விரதம்

இப்படியும் தைக்கலாமே!

- சரஸ்வதி சுந்தரேசன்

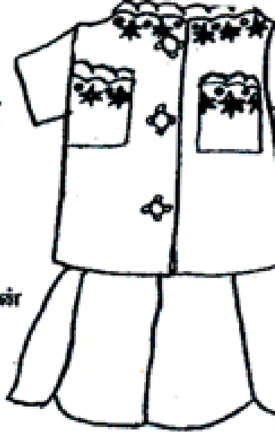
1. இந்த ஃப்ராகில் பட்டைத் துணி கீழிருந்து தோளின் மேலாக பின் பக்கம் செல்கிறது. இடுப்பிலும் டிசைனுள்ள பட்டைத் துணி இருக்கிறது. இந்த கவுன் நீலம் பச்சை அல்லது சிவப்பு துணியிலும் ஸ்ட்ராப்பில் வெள்ளை பட்டையில் நீலம் மஞ்சள், சிவப்பு போன்ற கலர்களில் புள்ளி இருக்க வேண்டும்.

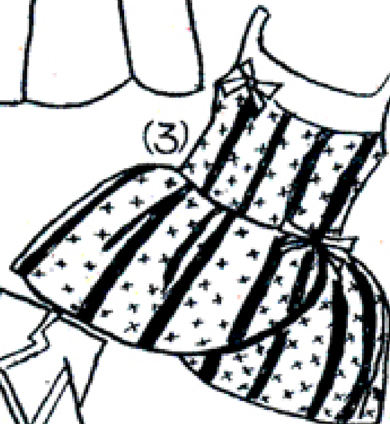
2. இந்த டிசைன் ப்ராக் ப்ளெய்ன் துணியில் லைட் கலரில் (மஞ்சள், வெள்ளை, நீலம், சந்தனம் ரோஸ்) தைக்க வேண்டும். இடுப்பில் பெல்ட் 'வி' போன்று டிஸைன் செய்யப் பட்டிருக்கிறது. ப்ளீட்ஸ் டிசைன் கழுத்தில் 'போ' தோள்களின் இருபுறமும் அகல மான போட் அமைப்புள்ள காலரில் இணைக் கப்பட்டிருக்கிறது.

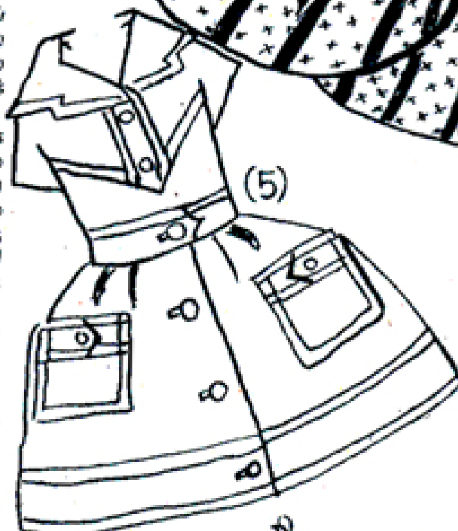
3. இந்த ப்ராக்கில் டிசைன் குறுக்கே வளைவாக வெட்டின ஸ்கர்ட்டும் இடுப்பிலும் வலது பக்கம் மேல் பாகத்தில் இரண்டு 'போ'வுமாக அமைந்திருக்கிறது. மேல் பாகம் ஒரே கலர்த் துணியிலும் பிற நு மார்பிலும் ஸ்கர்ட்டிலும் அந்தக் கலர் வரி யுடைய ப்ரின்ட்டட் துணியிலும் தைக்க வேண்டும்.

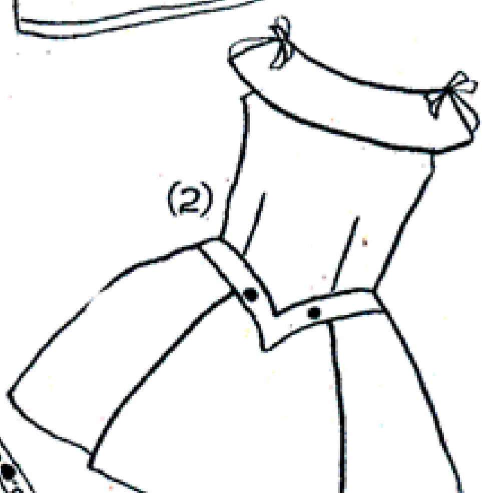
4. ப்ளைன் லைட் கலர் துணியில் இரண்டு பாகமாக ஸ்கர்ட்டும், ஷர்ட்டும் வைத்து காலரிலும் பாக்கெட்களிலும் கையால் அல்லது மிஷினால் எம்ப்ராய்டரி செய்ய வேண்டும். எம்ப்ராய்டரி செய்யும் கலரி லேயே அலங்காரமான பட்டன்கள் தைக்க வேண்டும்.

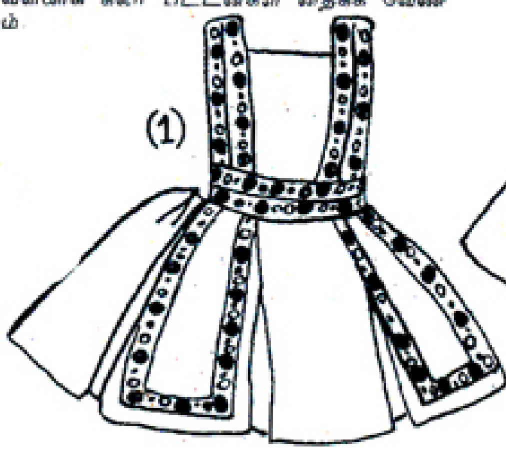
5. ஸபாரி ஸூட் போன்று வெட்டப் பட்டிருக்கும் இந்த ப்ராக்கில் பாக்கெட், காலர், இடுப்பு, ஸ்கர்ட்டின் கீழ் வரிகள் முதலியவை வெள்ளைத் துணியில் தைக்கப் பட்டிருக்கிறது. சிவப்பு அல்லது மஜந்தா கலரும் வெள்ளையும் அழகாக இருக்கும். வெள்ளைக் கலர் பட்டன்கள் தைக்க வேண்டும்.


(4)


(3)


(5)


(2)


(1)

எப்போதும் பெண்

சுஜாதா

24

பாஸ்கரை அப்பாவும் அம்மாவும் கூப்பிட்டு வாங்கு வாங்கு என்று வாங்கிவிட்டார்கள். ''உனக்கென்னடா வயசு? காதல் கடுதாசி எழுதுவியோ?''

''அவனோட என்ன பேச்சு. விளக்கு மாத்தாலே அடியுங்கோ.''

''இல்லே இல்லே. இவனே அப்பா அம்மா கிட்டச் சொல்லணும். ஸ்கூல் வாத்தியார் கிட்டச் சொல்லி உன்னே சஸ்பெண்ட் பண்ணச்சொல்றேன் பாரு.''

பாஸ்கர் எதுவும் பதில் சொல்லாமல் அவர்கள் சொல்வதைக் கேட்டுக் கொண்டே இருந்தான். அண்ணன்கள் எல்லாரும் சின்னுவை ஒரு மாதிரியாகப் பார்த்தார்கள். அவர்கள் சொந்த இலக்கணங்களுக்கு மீறிப்போன சமாசாரம் இது. இதில் எந்தக் கட்சியை எடுத்துக் கொள்வது என்பது அவர்களுக்குக் குழப்பமாகவே இருந்து. சின்னுவுக்கு ஒரு சமயம் பாஸ்கருக்கு நன்றாக வேணுமென்றும், ஒருசமயம் அவன் மேல் பாவமாகவும் இருந்தது.

அப்பா புஸ் புஸ் என்று பெருமூச்சு விட்டுக் கொண்டே பேசிவிட்டு, ''போடா உங்காத்தில வந்து பேசிக்கிறேன்'' என்றார். ''இப்பவே போயிடுங்கோ. இந்த தைரியம் மறுபடி உங்களுக்கு வராது.'' என்று அம்மா வற்புறுத்த அப்பா சட்டை போட்டுக்கொள்ள வந்தபோது ஓரமாகப் பயந்து நின்றுகொண்டிருந்த சின்னுவைப் பார்த்து அவள் மேல் பாய்ந்தார். ''உனக்கும் புத்தி கெட்டுத்தான் போச்சு. சதிர்காரி மாதிரி சிவ்யுனு ட்ரெஸ் பண்ணிண்டு தெருவில நடந்தா கடுதாசி எழுதத்தான் செய்வான். அடக்கம் வேணும் சின்னு. அதை முதல்ல கத்துக்கோ.''

''அவ என்ன பண்றா அவ ஒண்ணும் அந்த மாதிரி இல்லே. லெட்டர் கிடைச்ச உடனே கொண்ட காட்டிட்டா பாருங்கோ. அதில இருந்தே குழந்தைக்கு கல்மிஷம் ஏதும் இல்லேன்னு தெரியலேயா? நீங்க அவ மேல பாயாதிங்கோ. முதல்ல அந்த துக்கிரிப் பையனைக் கண்டிக்கச் சொல்லுங்கோ அவா அப்பா அம்மா கிட்ட....''

சின்னு அழுவதைப் பார்த்து 'வாடி கண்ணு, நீ ஒண்ணும் செய்யலடிம்மா' என்று புடவைத் தலைப்பால் சின்னுவை மூடிக் கொண்டாள்.

''சீக்கிரம் இதுக்குக் கல்யாணத்தைப் பண்ணி அனுப்பிச்சுரணும். இதை வீட்ல வெச்சா இதுக்குன்னு வீட்டில ஒரு போஸ்ட் ஆபீஸ் திறக்கணும் போல இருக்கு'' என்று அப்பா துண்டைத் தோளில் போட்டுக் கொண்டு வேகமாகப் புறப்பட்டார்.

''அவாத்துக்குப் போகாது. தைரியம் கிடையாது. சின்னு, அந்தப் பையன் இவ்வளவு சொல்றமே, ஒரு முழி முழிக்கிறான் பார்றி. தான் பண்ணது அத்தனையும் சரிதான்கிற மாதிரி! எப்பவாவது கையைப் புடிச்சு இழுத்தானா?''

''இல்லேம்மா.''

''ஒத்தாசை பண்றேன், ஒத்தாசை பண்றேன்னு நம்மாத்தையே வளைய வந்துண்டிருந்தானே எனக்கு அப்பவே சந்தேகம் வந்தது.''

''பின்னே ஏன் அவனே உள்ள விட்டயாம்?''

''இந்த அரதல் மூணும் வீட்டுக் காரியம் ஒண்ணு செய்ய மாட்டேங்கறதே. உனக்கு கண்ணாடி பாத்துக்கறதுக்கே தேசாலம் சரியா இருக்கு. ஒண்டிக்காரி என்ன பண்ணுவேன். முதல்ல உனக்கு ஜாதகம் குறிச்சு வைக்கணும். எஸ். எஸ்.எல்.ஸி.யோட கல்யாணத்தைப் பண்ணி முடிச்சுரவேண்டியதுதான். யாரால எம்மா இருக்கு!''

''போம்மா!'' என்று அதட்டினாள்.

அப்புறம் அந்த விவகாரம் என்ன ஆச்சு என்று தெரியவில்லே.

அப்பா நிஜமாகவே போய் அவர்கள் வீட்டில் சண்டைபோட்டதாகவும் அந்தப் பையன் விக்கி விக்கி அழுது மன்னிப்புக் கேட்டுக்கொண்டதாக



சொன்னார். அம்மா 'எல்லாம் பொய். அந்த தைரியம் அவருக்குக் கிடையாது. பொடிக் கடைக்குப் போய்விட்டுக் கொஞ்ச நேரம் உட்கார்ந்து கொண்டிருந்து விட்டு வந்திருப்பார்' என்றாள். ஒரு நாள் அந்த மாமியைக் கோவிலில் பார்த்தால் பளிச்சென்று கேட்டு விடப் போவதாகச் சொன்னாள். பாஸ்கர் வீட்டுக்கு வரவே இல்லை. அது ஒரு விதத்தில் சின்னுவுக்குக் குறையாகத்தான் இருந்தது. பாஸ்கர் மேல் நிறையப் பச்சாதாபம் ஏற்பட்டது. ஒரு முறை மதுவிடம் உன் தங்கை இப்படிப் பண்ணிட்டா பார்த்தியா என்று வருத்தப்பட்டுச் சொன்னாளும். "இருந்தாலும் அவள் மேல் எனக்குக்கோபமில்லைனு சொல்லு.. பாஸ்கர் ரொம்ப இளைச்சுப் போயிட்டான் சின்னு. சிகரெட் நிறையப் பிடிக்கிறான். உதடெல்லாம் கறுப்பா இருக்கு. பரிட்சையில் குண்டடிச்சுருவான் போல இருக்கு. எல்லாம் உன்னாலதான். சைக்கிளைத் தொடாமல் தூசு படிஞ்சிருக்கு. சினிமா போறதில்லை. திருப்புகழ் பஜனையில நெத்தி பூரா குங்குமமும் விபூதியுமா உக்காந்து கைத்தல நிறைகனி அப்பமொடவல் பொரின்னு பாடிண்டிருக்கான். கொஞ்ச நாள்ல பைத்தியம் பிடிச்சுரும் போலத்தான் தோணறது."

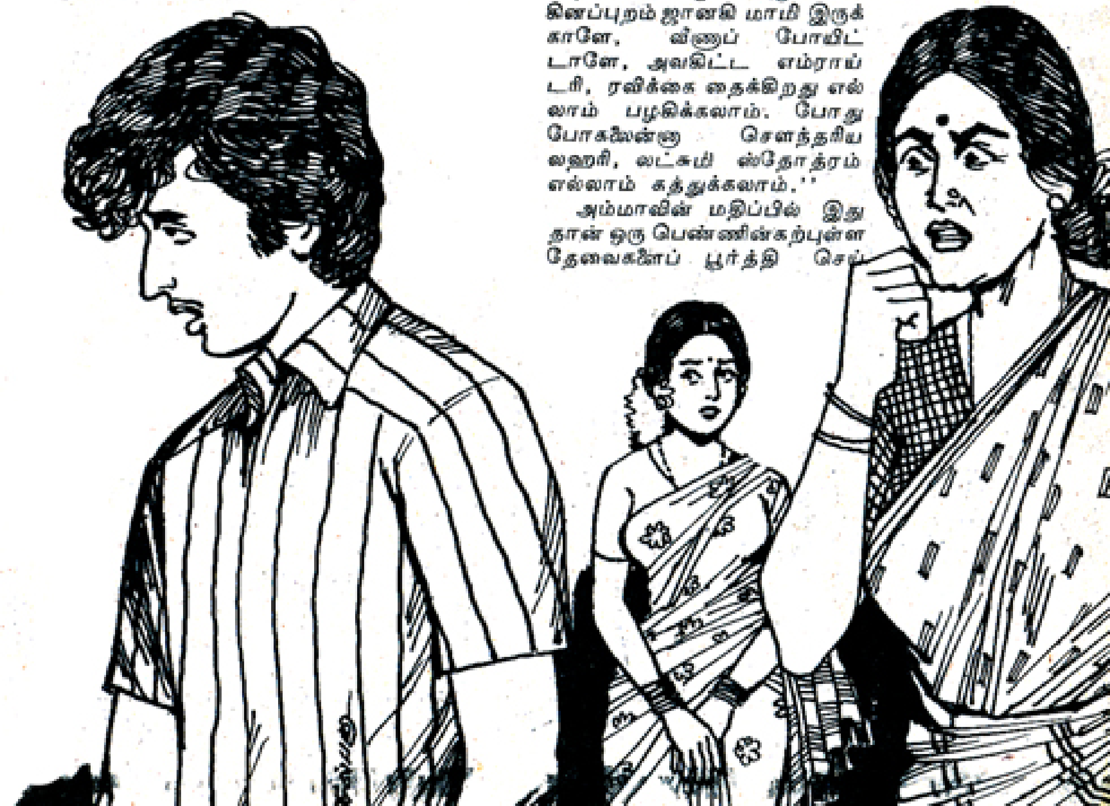
சின்னுவுக்கு ரொம்ப வருத்தமாக இருந்தது. ஒரு முறை அம்மாவிடம் பாஸ்கரின் பேச்சை எடுத்துப் பார்த்து வாங்கிக் கட்டிக் கொண்டாள். சின்னுவின் சுதந்திரமும் படிப்படியாகக் குறைக்கப்பட்டு வெளியே அவளை தனியாக அனுப்ப மறுத்தாள். அவசியமிருந்தால் யாராவது அண்ணன் ஒருத்தருடன்தான் அனுப்புவாள். சாரதா சவாலயத்தில் சாயங்காலம் பாட்டு சொல்லிக் கொள்ளப் பெண்களுக்கு மட்டும் தனி ..ப்பு ரெண்டு அண்ணன் வருவார்கள். மோகன வர்ணம் எல்லாருடனும் சேர்ந்து பாடும் போது நன்றாகவே இருந்தது. வீட்டில் தனியாகப் பாடினால் சிரிப்பு வந்தது.

"அம்மா எனக்குப் பாட்டு வரலைம்மா" என்று சொல்லியும் "சீ. வாயை மூடு என்ன அழகாப் பாடறே!"

"எதுக்கம்மா பாட்டு, டைப்ரைட்டிங் சொல்லிக்கிறேனே!"

"டைப் வேண்டாம். அது ரொம்ப ரௌடி பள்ளிக்கூடம். அங்கெல்லாம் போகக் கூடாது. சாயங்காலம் கதவைப் பாதியாச் சாத்தி வெச்சுண்டு பட்டை சாராயம் அடிக்கிறாங்க. உனக்குப் பாட்டுப் போதும். நாளைக்கு உன்னைப் பெண் பார்க்க வந்தா 'குழந்தை ஒரு பாட்டுப் பாடுன்னு' சொன்னா முழிக்கணுமா? ரெண்டு வர்ணம், ரெண்டு கீர்த்தனமாவது தெரிஞ்சிருக்க வேண்டாமா நலங்குக்கு, பண்டிகைக்கு நவராத்திரிக்குப் பாடச் சொன்னா பளிச்சுன்னு பாடறதுக்கு? தையல் மிஷின் ஒண்ணு இன்ஸ்டால்மெண்ட்ல வாங்கச் சொல்லியிருக்கேன். எங்க ஆபீஸ்லயும் கிடைக்கும். அது வாங்கினப்புறம் ஜானகி மாமி இருக்காளே, விதவைப் போயிட்டாளே, அவகிட்ட எம்ப்ராய்டரி, ரவிக்கை தைக்கிறது எல்லாம் பழகிக்கலாம். போது போகலைன்னா சௌந்தரிய லஹரி, லட்சுமி ஸ்தோத்ரம் எல்லாம் கத்துக்கலாம்."

அம்மாவின் மதிப்பில் இது தான் ஒரு பெண்ணின்கற்புள்ள தேவைகளைப் பூர்த்தி செய்



ஹோம சிகிச்சை

ஹோமியோபதி என்று கேள்விப் பட்டிருப்பீர்கள். ஆனால், ஹோமாதெரபிபற்றித்தெரியுமா?

காலையும், மாலையும் அக்னி வளர்த்து, ஹோமம் செய்வதால் என்னென்ன உடல் நல அபிவிருத்தியை அடையலாம் என்றுபெர்ரி ரத்னர் என்ற ஒரு அமெரிக்கமனோதத்துவ நிபுணர் பூனா பல்கலைக் கழகத்தில் ஆராய்ச்சி செய்து வருகிறார்.

அரை கோபுர வடிவ செப்புப் பேழையினுள், பசுஞ் சாணி வரட்டியும், முள் இல்லாத, கசப்பான, காய் இல்லாத மரங்களிலிருந்து குச்சிகளையும் வைத்து நல்ல நெய் விட்டு, தீமூட்டி, இரண்டு நுனி விரல்களால் அரிசியைஅதில் 'ஆஹூதி' செய்து, சில மந்திரங்களை உச்சாடனம் செய்து, விடியற்காலமும், சந்தியா காலமும் செய்யும் பூஜைதான் அக்னி ஹோத்திரம்.

மகாராஷ்டிரத்தில் ஷோலாப்பூரில் உள்ள ஒரு குழந்தைகள் இல்லத்தில் இவர் இப்படி அக்னி ஹோத்திர ஆராய்ச்சி செய்து, புத்தி வளர்ச்சி குன்றிய குழந்தைகளின் 'ஐக்யூ' அதிகமாகிறது. காக்காய் வலிப்பு நோய் குணமடைகிறது என்று ஆதாரபூர்வமாகக் கூறுகிறார். ஹோமம் மனதில் டென்ஷனைக் குறைத்து அமைதியை உண்டாக்குகிறதாம். ஹோமம் செய்யப்பட்ட அறையில் உடனே மின் அணுக் கிருமிகளின் எண்ணிக்கை 91 சதவிகிதம் குறைந்து விடுகிறதாம்.

மேற்கு ஜெர்மனியிலும், விஞ்ஞானிகள் இதைப் பற்றி ஆராய்ச்சி செய்து ஹோமப் புகை ஜலதோஷம் தலைவலி, ஆறாத புண், ஆஸ்துமா, அலர்ஜி வயிற்றுப் போக்கு, சேற்றுப் புண் தசைநார் வலி, டான்ஸிலைடிஸ் முதலிய பல்வேறு நோய்களைக் குணப்படுத்த வல்லது என்று கண்டு பிடித்திருக்கிறார்கள்.

ஆதாரம்: டெக்கான் ஹெரால்ட்

திருமதி ஜெயா வி. ராமன்

இருந்போல. பெண் சம்பந்தமான அவஸ்தைகளைப் பற்றி அதிகமாகச் சொல்ல மாட்டாள். தேவைக்கு மேல் எதுவும் பேசமாட்டாள். பேசினால் கூட மறைமுகமாகத்தான் இருக்கும். சின்னுவுக்கு இந்த நாட்கள் பிடிக்கவே இல்லை. சினிமாப் பார்த்தால் காட்டு மிருகங்கள் அடங்கிய குழந்தைப் படங்கள்தான் போக வேண்டும். ரேடியோ போட்டால் அதில் காதல் பாட்டெல்லாம் கேட்கக்கூடாது கிராம நிகழ்ச்சி, நியூஸ், நாடகம், பாப்பா மலர் இப்படித்தான் கேட்க வேண்டும். இவ்வளவு இருந்தும் அனுபமா மூலம் அவளுக்கு வெளியுலகச் செய்திகள் கிடைத்துக் கொண்டுதான் இருந்தன. அனுபமா கம்பைன் ஸ்டடிக்கு வருவாள். அரை மணிதான் படிப்பு. அரை மணி தாழ்ந்த குரலில் என்ன என்னவோ பேச்சு. இது தப்பு என்று தெரிந்தும், பிடித்தமான பேச்சு. 'எதுத்தாத்திலே இருக்கான் பாரு. வாசத் திண்ணையை விட்டு நகர மாட்டான். எப்ப நிமிந்தாலும் என்னையே பார்த்துக்கிட்டு இருப்பான். கூழாங்கல் வெச்சு சன்னல் வழியா தைரியமா காயிதம் அனுப்புவான். கண்ணு பின்னுன்னு எழுதியிருக்கும்....''

''உங்க அம்மா கிட்டச் சொல்லலியா?''

''சே, இதைப் போய் அம்மா கிட்டச் சொல்லிண்டு... எங்க அக்கா ஒரு ஆல்பமே வெச்சிருக்கா. அவளுக்கு வந்த மாதிரி எனக்கு அத்தனை கடுதாசி வரலேம்மா. அவ கல்யாணம் ஆறதுக்கு முன்னாடி ஒரு ஆட்டம் ஆடியிருக்கா பாரு. சுவத்தில எல்லாம் பேர் எழுதி என்ன என்னவோ அட்டகாசம் நடத்திருக்கு. ஒரு தடவை ரேடியோ ஸ்டேஷன்ல டிராமான்னு போயிட்டு கார்த்தாலேதான் திரும்பி வந்தா. அவளோட கம்பேர் பண்ணு நாமெல்லாம் ரொம்ப ரொம்ப சாது.''

''எதுக்காகடி இப்படி பாய்ஸ் அலையறாங்க?''

''தெரியாத மாதிரி கேக்கறியே... இதுக்காகத்தான்.''

''சீ போ.''

''ஏன்டி உங்கம்மா உன்னை இப்படி அடக்கி வச்சிருக்கா?''

''என்னவோ போ. ஒண்ணும் பிடிக்கலை அனு.''

''சினிமா பார்த்தா என்ன?''

''சினிமாவை விடு. மஞ்சரியைத் தவிர பாக்கி ஒண்ணும் படிக்கக் கூடாதுங்கறா.''

''உனக்கு சீக்கிலே கல்யாணம் பண்ணி வெக்கப் போறாளா?''

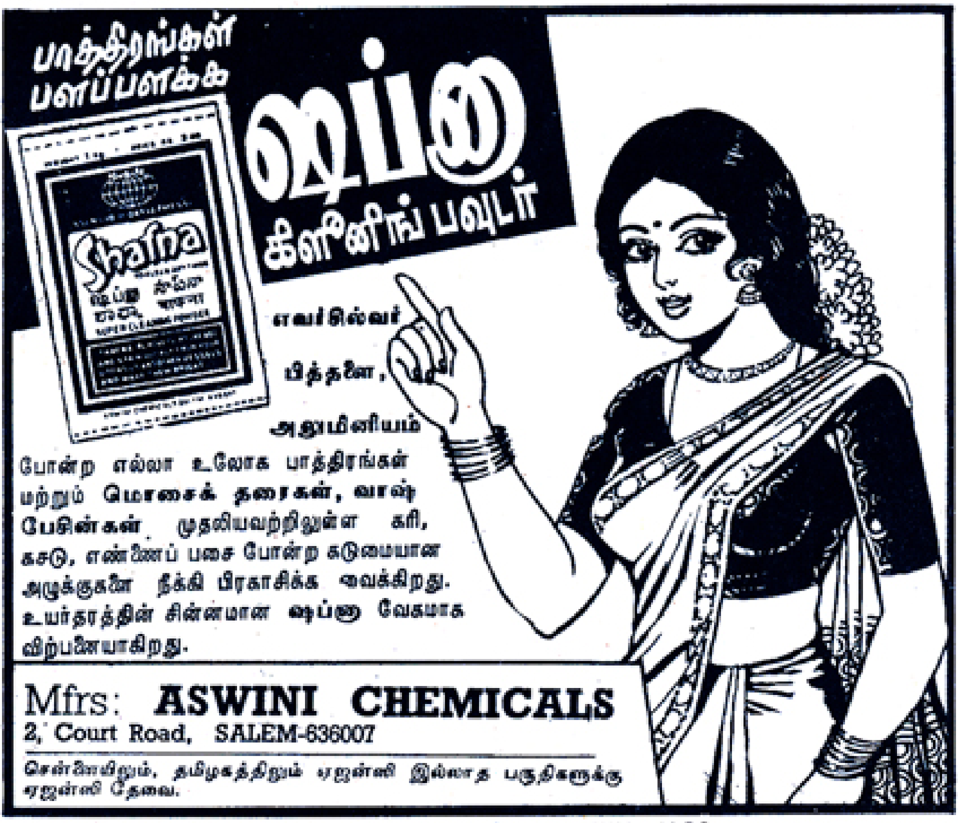
''சேச்சே யார் சொன்னா? நான் காலேஜ் படிக்கப் போறேன்.''

''அப்படித்தாம்மா பேசிண்டா. இப்பல்லாம் இருபது இருபத்திரண்டுக்குக் குறைஞ்சு யாரும் கல்யாணமே பண்ணிக்கிறதில்லே. அக்காவுக்கு இருவத்தி நாலிலேதான் கல்யாணம் ஆச்சு. அதுக்குள்ள எல்லாத்தையும் பார்த்துட்டா.''

''உனக்கெப்படித் தெரியும்?''



ULKA-L-1-83 Tam



AGENTS WANTED FOR SRILANKA ALSO

''நான்தானே தூது! சின்னு'' என்று பாவாடைக்குள்ளிருந்து ஒரு அட்டை இல்லாத புஸ்தகத்தைக் கொடுத்தாள். ''படிச்சுட்டு சாயங்காலத்துக்குள்ள குடுத்துரு?''.

''என்னடி புஸ்தகம் இது?''

''படிச்சுத்தான் பாரேன்.''

சின்னு அதைப் பிரித்தாள். ஒட்டல் அறையில் என்னை அவன் கொண்டு சென்றதும் அங்கிருந்த நுரை மெத்தையில் என்னைப் படுக்கவைத்து....விலாவாரியாக விவரித்தது சுவாரஸ்யமாக அந்தப்புத்தகம்.

சின்னுவுக்குக் கன்னத்தில் ரத்தம் பாய்ந்தது. ''இப்படி எல்லாம் கூட புஸ்தகம் இருக்கா?''

''அய்யோ இதை விட மோசமா படம் எல்லாம் போட்டது இருக்கு. முதல்ல இதில ஆரம்பி சின்னு!''

சின்னுவுக்குப் படிப்பு என்பது அவள் அண்ணன்களுக்கு எத்தனை முக்கியமோ அத்தனை முக்கியமில்லை போலத் தோன்றியது. வீட்டில் நடைபெறும் எல்லாமே ஒரு நாள் அவளுக்குக் கணவன் கிடைக்கப் போகிறான் என்பதையே சுற்றிச் சுழல்வதாகப் பட்டது. பாட்டு ஸ்லோகம், தையல் கிளாஸ் எல்லாமே அவளுக்குக் கல்யாணம் ஏற்பாடானால் கைவிடப்பட்டு விடும் என்று தோன்றியது.

''சின்னு நீ படிச்சு படிச்சப்புறம் என்னம்மா செய்யப் போறே'' என்று அப்பா அவள் அண்ணன்களைக் கேட்கிறாப் போல் கேட்பதே இல்லை. கணவன் ஒரு நாள் கிடைக்கப் போறான் என்பது மட்டும் திரும்பத் திரும்ப அவளுக்கு வலியுறுத்தப்பட்டது.

பையன்கள் எல்லோரும் படிப்பது மட்டும் இல்லாமல் இன்னும் என்ன என்னவோ எல்லாம் செய்கிறார்கள். கவிதை எழுதுகிறார்கள். கையெழுத்துப் பத்திரிகை நடத்துகிறார்கள். மலை மேல் ஏறுவதற்கு எக்ஸ்கர்ஷன் போகிறார்கள். டெஸ்ட் மாட்ச் போகிறார்கள். பெண்களுக்கு மட்டும் ஏன் இப்படி? - எப்பப் பார்த்தாலும் நீ என்ன பவுடர் நான் என்ன பவுடர், இவளுக்குக் கல்யாணம் ஆயிடுத்து. அவளுக்கு நிச்சயம் ஆயிடுத்து. இவ பிள்ளை பெற வந்திருக்கா அவ பிள்ளை பெத்தாச்சு. இதைத் தவிர வேறு ஏதும் பேச மாட்டார்களா? ஒரு கணவன் கிடைக்கிறான் என்றால் ஒரு பெண் தன் சகலத்தையும் விட்டுக் கொடுக்கத் தயாராக இருக்க வேண்டும். பாடிக் கொண்டிருப்பவள் பாட்டை நிறுத்தி விடலாம். ஆடிக் கொண்டிருப்பவள் ஆட்டத்தை. வேலைக்குச் செல்பவள் வேலையை; பாட்டு, ஆட்டம், வேலை எல்லாம் கணவன் வரும் வரை செய்து கொண்டிருக்கும் தாற்காலிக ஈடுபாடுகள். இதெல்லாம் சேர்ந்து சதி செய்து ஒரு பெண்ணுக்கு உண்டான ஆசைகளை மிகவும் கட்டுப்படுத்தி விடுகிறது. பொருளாதார ரீதியில் ஆணும் பெண்ணும் சமமாக இல்லாதவரையில் பெண்ணுக்கு இந்த இரண்டாம் பட்ச இடம்தான் என்பதை சின்னுவால் உணர்ந்து கொள்ள முடியவில்லை. ஆனால் அந்த இரண்டாம்பட்ச இடத்திற்கு அவளைச் சுற்றுப்பட்டவர்கள் தயாரித்துக் கொண்டிருப்பதை உணர்ந்து கொள்ள முடிந்தது. ஏதோ ஒரு விதியை நோக்கி அவள் தவிர்க்க முடியாமல் சென்று கொண்டிருப்பதாகத் தோன்றியது. பையன்களுக்கு ஆண் பெண் உறவு பற்றி இருக்கும் ஆரோக்கியமான ஆர்வம் இல்லாமல் இதுவே ஒரு புதிராக, தெரிந்தும் தெரியாத மர்மமாக, பயமாகத்தான் இருந்தது.

இந்த அரை குறை நிலையில்தான் அவளுக்கு அந்த முதல் அனுபவம் ஏற்பட்டது.

(தொடரும்)

சமையல் செய்யும் பாத்திரங்கள் தேய்ப்பதற்குச் சிறிது நேரமானால் காய்ந்து போகின்றன. அதற்கு நிறையத் தண்ணீர் கொட்டி ஊற வைத்தால்தான் மறுபடியும் தேய்ப்பதற்கு ஈஸியாக இருக்கும் தண்ணீர் கிடைக்காத இக்காலத்தில்?

எல்லா பாத்திரத்திலும் சிறிது சிறிது தண்ணீர் விட்டு அலம்பி கவிழ்த்து வைத்து விட்டால் எத்தனை நேரமானாலும் காய்ந்து வறவற வென்று ஆகாமல் தேய்க்க ஈஸியாகஇருப்பதைஉணர்வீர்கள்.

ஹேமா ராகவன்

ஃபிரிட்ஜ் இல்லாத வீடுகளில் மோர் சீக்கிரமாகவே புளித்து விடும். அதற்கு இதோ ஒரு வழி. மீதியிருக்கும் மோரில் நிறையத் தண்ணீர் விட்டு (சுமார் இரண்டு டம்ளர்) வைக்கவும். நான்கு மணி நேரம் கழித்து அது நன்றாகத் தெளிந்திருக்கும். தெளிந்த நீரை இறுத்து விட்டால் மோரில் புளிப்பே இருக்காது. தெளிந்த நீரில் பித்தளைப் பாத்திரங்களை ஊறவைத்துத் தேய்த்தால் நன்றாக வெளுக்கும்.

—கற்பகம் கிருஷ்ணன்

முகத்தை அழகுபடுத்துகிறார்கள்!

திருமண காலத்தில் ஒரு பெண்ணின் வாழ்வில், வரதட்சிணைக்கு அடுத்தபடியாக நிற்கும் பெரிய பிரச்னை அவளது உருவம். முகத்தில் ஏற்பட்ட தீக்காயங்கள், பிளவுபட்ட மேலுதடு, காது மடல்களின் கோணலான அமைப்பு, சப்பை மூக்கு, இவைகள் உடலளவில் மட்டுமின்றி மனத்தளவிலும் பெரிய குறையாக உருவெடுக்க வாய்ப்புக்கள் உண்டு. தமிழ் நாட்டில் பல மருத்துவ மனைகளில் இவர்களைக் காக்கக் குறைந்த செலவில் பிளாஸ்டிக் சர்ஜரி செய்கிறார்கள்.

சென்னை பொது மருத்துவமனை ப்ளாஸ்டிக் சர்ஜன் திரு அலாவுதீன் இந்த இயல் தலைமை மருத்துவர் திரு சுந்தரராஜனின் அரும் முயற்சிகளையும், உழைப்பையும் கூறிவிட்டு, பேட்டி அளித்தார்:



கேள்வி: ப்ளாஸ்டிக் சர்ஜரி என்றால் என்ன? எல்லோரும் நினைக்கிற மாதிரி ப்ளாஸ்டிக் கிற்கும் இதற்கும் ஏதாவது சம்பந்தம் உண்டா?

பதில்: இதைத் தமிழில் 'ஒட்டுறுப்பு இயல்' என்று மருத்துவத்தில் ஒரு சிறப்புத் துறையாகக் கூறுகிறோம். புற்று நோய் விளைவு, மற்றும் உடலில் ஏற்படும் விகாரங்கள், அங்க ஹீனங்கள் இவற்றைப் போக்க, உடலின் வேறு பகுதியிலிருந்து எடுத்த தோல், தசை, எலும்பு இவற்றை வைத்துச் சீர் செய்யும் நுண்ணிய கலைதான் இது. மற்றபடி கடையில் வாங்கும் ப்ளாஸ்டிக்கிற்கும் இதற்கும் எந்த சம்பந்தமும் இல்லை.

கேள்வி: இதுபோல் முன்பு எதுவும் கிடையாது இல்லையா? இத்துறை மிகச் சமீபத்தில்தான் முன்னேற்றம் அடைந்ததா?

பதில்: இத்துறையின் முன்னேற்றம் சமீபத்தியதெனினும் 2500 வருடங்களுக்கு முன்பாகவே நம் நாட்டு மருத்துவ மேதை 'சுஸ்ருதா' என்பவர் இக்கலையில் சிறந்து விளங்கினார். அறுக்கப்பட்ட மூக்கு, சிதைக்கப்பட்ட செவிகள் போன்றவற்றை அருகிலிருந்த தசைகள் மூலம் நிறைவு செய்து மருத்துவ இலக்கியத்தில் நிலையான இடத்தைப் பெற்று விட்டார்.

○ ஆபரேஷனுக்கு முன்.



○ ஆபரேஷனுக்குப்பின்



கேள்வி: நம் நாட்டைச் சேர்ந்தவர்களே மேனாட்டிற்குச் சென்றுதானே இச்சிகிச்சையைப் பெற்று வந்தார்கள்? நம் நாட்டில் உண்டான கலை எவ்வாறு மேல் நாட்டில் பிரசித்தி பெற்றது?

பதில்: நம் நாட்டில் இக்கலை தோன்றிய தெனினும், இரு உலகப் போர்களின்போது மேனாட்டவர்கள் இதில் அதிக கவனம் செலுத்தி, இக்கலையை முன்னேற்றம் அடையச் செய்தனர். ஆனால் இன்றும் மூக்கினைச் சீர்செய்யும் முறை ஒன்றுக்கு 'இண்டியன் ரினோபிளாஸ்டி' என்று உலகெங்கும் வழங்கப்படுகிறது.

கேள்வி: தமிழ் நாட்டில் எங்கெங்கு இத்துறை செயல்படுகிறது? இதற்காகும் செலவென்ன?

பதில்: சென்னையில் பொது மருத்துவமனை, கீழ்ப்பாக்கம், ஸ்டான்லி மருத்துவ மனைகளில் இத்துறை செயல்பட்டு வருகிறது. இதைத் தவிர, மதுரை, தஞ்சாவூர் அரசு மருத்துவ மனைகளிலும் இத்துறை செயல் பட்டு வருகிறது. அரசு மருத்துவமனையில் சிகிச்சை பெறுபவர்களுக்காகும் செலவு மிகக் குறைவே. மாதம் முன்னூறு ரூபாய்க் குக் குறைவான வருமானம் உள்ளவர் களுக்கு சாப்பாடு, இடவசதி, சர்ஜரி எல்லாமே இலவசம். சிறிது அதிக வருமானம்உள்ளவர்களுக்கு அதற்கேற்ற மிகக் மிகக் குறைந்த கட்டணமே வசூலிக்கப் படுகிறது.

கேள்வி: உங்களிடம், குறிப்பாக பெண்கள், எந்த விதமான குறைகளுக்காக வருகின்றனர்?

பதில்: பிறவி ஊனங்கள்தான் எங்களிடம் அதிகமாக வருபவை. பிளந்த உதடுகள், சுருங்கிய காது, ஒட்டிய விரல்கள் இவை. பிறந்த சில மாதங்களுக்குள்ளாகவே இதை அறுவைச் சிகிச்சை மூலம் சீர் செய்வது தான் சிறந்தது. காலம் தாமதிப்பதால் இவ்வுறுப்புகள் பழுதடைந்து பயனற்றதாகிவிடும். பிறகு தோற்றத்தை மாற்றினாலும் அவற்றால் எந்தப் பயனும் இராது.

கேள்வி: இளம் பெண்கள் இங்கு அநேகம் பேரைப் பார்க்கிறோம். அவர்களின் குறைகள்....

பதில்: இந்த விஷயத்தில் ஒரு முக்கியமான விஷயத்தைச் சொல்லக் கடமைப்பட்டிருக்கிறேன். இங்கு நீங்கள் பார்க்கும் இளம் பெண்கள் அனைவரும் தீயினால் ஏற்பட்ட விளைவுகளிலிருந்து விடுதலை பெறவே வந்திருக்கின்றனர். சீர்குலைக்கப் பட்ட மூக்கு, செவி, முகம், அசையாத இமைகள், திறக்காத வாய், எரிந்து வெண்மையாகிய நெற்றி, கன்னம், கருகிப் போய் அசைய இயலாத மூட்டுகள், கழுத்து, இவையெல்லாம் தீயின் கோரங்கள். சமையலறையில் அஜாக்கிரதையால் நைலான் உடுப்பு, ஸ்டவ்வுக்கு அதிகம் காற்றடித்தல், கீழே அடுப்பை வைத்துச் சமைத்தல், இவைகளினால் பல இன்னல்களுக்குப் பெண்கள் ஆளாவதை நான் தினமும் இங்கு பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறேன். இச்சிகிச்சை மூலம் இவற்றைச் சீர் செய்ய முடியும் என்றாலும், பெண்கள் தீயின் அருகில் இருக்கையில் கவனமாக இருத்தல் மிக முக்கியம்.

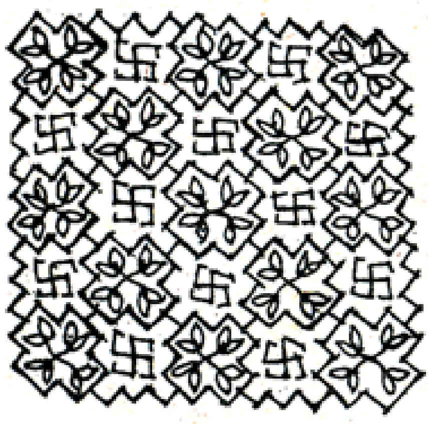
கேள்வி: பெரியம்மை தழும்புகள், வெள்ளை அல்லது கருப்புத் தழும்புகள், வழுக்கை, முடி இவற்றைக் கூட சரி செய்ய முடியுமா?

பதில்: தாராளமாக. முக்கியமாக சொட்டை விழுந்த பெண்களுக்குத் தலையின் வேறு பாகத்திலிருந்து முடியை எடுத்து நாற்று நடுவது போல் செய்து விடுவோம். மேலும் பெரிதான அல்லது சிறிதான மார்பகம் உள்ள பெண்கள், வயிறு மிகப் பெரிதாக உள்ளவர்கள் இவர்களுக்கும் தகுந்த சிகிச்சை அளிக்கிறோம். இது போன்ற அழகு சம்பந்தமான அறுவை சிகிச்சையை 'காஸ்மெடிக்' சர்ஜரி என்று கூறுவோம்.

கேள்வி: இத்தனை வித்தைகள் செய்யும் இந்த ஆபரேஷனுக்குப் பிறகு கடைப்பிடிக்க வேண்டிய பாதுகாப்பு விதிகள் ஏதும் உண்டா?

பதில்: அதுதான் இல்லை. இந்த ஆபரேஷனுக்கு அதிக செலவு வைக்கும் உபகரணங்களும் தேவையில்லை. நல்ல உணவு, மாதம் ஒன்று அல்லது இரண்டு தடவை பரிசோதிப்பு இவையே ஆபரேஷனுக்குப் பிறகு நோயாளி செய்ய வேண்டியதாகும்.

-பேட்டி: மாயாமோகன்



பெண்களுக்குப் பாதுகாப்பு ஜூடோ?

சென்னை ராஜரத்தினம் விளையாட்டு அரங்கில் இந்தியாவைப் பார்க்க முடிந்தது. ஆம். இந்தியாவின் பல மாநிலங்களிலிருந்து வந்து இருக்கும் ஊர்க் காவல் படையைச்



✖ சரோஜினி சேஷாத்திரி

சேர்ந்த வீரர்களும் வீராங்கனைகளும் பல்வேறு விளையாட்டுப் போட்டிகளில் தங்களுடைய திறமையைக் காட்டிக் கொண்டு இருந்தார்கள். தமிழகத்தில் மட்டும் ஊர் காவல் படையில் ஐநூறுக்கும் மேற்பட்ட பெண்கள் இருக்கிறார்களாம்.

சென்னை, கோயம்புத்தூர், திருச்சி, கன்னியாகுமரி ஆகிய இடங்களில் ஊர்க் காவல் படையில் சேர்பவர்கள் சேவை மனப்பான்மை கொண்டவர்களாகவும், சிவில் பாதுகாப்பு சம்பந்தமான விஷயங்கள் தெரிந்தவர்களாகவும் இருக்க வேண்டும் என்று சென்னையைச் சேர்ந்த ஊர்க்காவல்பெண்கள் படையின் தளபதி சரோஜினி சேஷாத்திரி குறிப்பிட்டார். சென்னையில் அதிகப் பெண்கள் ஊர்க்காவல் படையில் சேர நாட்டம் கொண்டவர்களாக இருக்கிறார்களாம்!

ஊர்க்காவல் படையினரின் வேலை என்ன? போர் காலங்களில் தேவைப்பட்டால் நாட்டுப் பாதுகாப்புக்கும், உள்நாட்டுப் பராமரிப்புக்கும் இவர்கள் பணி செய்ய அழைக்கப்படுவார்களாம். 1963 ஆம் ஆண்டு சீனு நம்மீது படையெடுத்தபோது வதந்திகளை பரப்புவோரைக் கண்காணிக்கவே ஊர்க் காவல் படை அமைக்கப்பட்டதாகத் தெரிவித்தார் சரோஜினி சேஷாத்திரி.

வெள்ளம், புயல், நிவாரண நடவடிக்கைகளைக் கவனிப்பது, போக்கு வரத்து போலிசாருக்கு உதவி செய்வது, இரவு நேர ரோந்து ஆகியவைகளும் இவர்களின் பணிகளில் அடங்கும்.



இந்திரா கணேசன் —

இவர் கோயம்புத்தூர் ஊர்க் காவல் பெண்கள் படையின் தளபதி. மலையாளம் கலந்த தமிழில் பேசுகிறார். கோயம்புத்தூரில் விவசாயிகள் போராட்டத்தின்போது விவசாயிகளைக் கைது செய்யப் போலீஸ்காரர்களை விவசாயிகளின் மனைவிகள் அனுமதிக்கவில்லை. விவசாயிகளைச் சூழ்ந்து பாதுகாப்பாக அவர்களின் மனைவிகள் நின்று கொண்டார்கள். பெண் போலீஸ்கள் அதிகம் இல்லாத காரணத்தால் பெண் ஊர்க் காவல் படையினர் தான் விவசாயிகளின் மனைவிகளை அகற்றி விவசாயிகளைக் கைது செய்யவும் சட்டம் ஒழுங்கு கெடாமல் இருக்கவும் பெரிதும் உதவினார்களாம்.

ஊர்க் காவல் படையைச் சேர்ந்தவர்கள் மாதத்திற்கு நான்கு நாட்கள் மட்டுமே பணி செய்ய அழைக்கப்படுகின்றனர். மற்ற நாட்களில் அவர்கள் வேறு பணி செய்யலாம். பொதுவாக கார்ப்பரேஷன் ஸ்கூல் ஆசிரியர்கள், மின்சாரத் துறையைச் சேர்ந்தவர்கள் அரசு அலுவலர்கள் நிறையப் பேர் ஊர்க் காவல் படையில் இருக்கின்றனராம். வேலையில் உள்ளவர்கள் மட்டுமே ஊர்க் காவல் படையில் சேர்த்துக் கொள்ளப் படுகிறார்கள் என்பது குறிப்பிடத் தக்கது.

காயம் அடைந்தவர்களுக்கு முதல் உதவி செய்வதும், ஜனக் கணக்கெடுப்பில் உதவுவது போலீஸ்காரர்களுக்கு அவர்கள் பணிக்கு உதவி புரிவது இப்படிப் பல சேவைகளைச் செய்யும் ஊர்க்காவல் படையினர் கலை, கலாசாரத்திலும் தங்களை ஈடுபடுத்திக் கொள்கிறார்கள்.

ஜூடோ, வாலிபால், துப்பாக்கி சுடுதல் போன்ற பல போட்டிகளிலும் ஊர்க்காவல் பெண் படையினர் பங்கு எடுத்துக்கொண்டு தங்களுடைய திறமையைக் காட்டினர். பெண்கள் ஜூடோவைத் தெரிந்து கொண்டால் வெளியே தனியே செல்லும்போது தங்களைப் பாதுகாத்துக் கொள்ள அது உதவிகரமாக இருக்கும் என்று ஹரியானாவைச் சேர்ந்த ஒரு ஜூடோ வீராங்கனை கருத்துத் தெரிவித்தார். இந்தியா மொழியால் பல்வேறு மாநிலங்கள் ஆனாலும் தேசியம் என்ற உணர்வில் ஒன்றுதான். இந்தியாவின் எந்த ஒரு பாகத்துக்குத் தீமை வந்தாலும் ஊர்க் காவல் படையினர் தங்களுடைய பணியை, சேவையைச் செய்யத் தயங்கமாட்டார்கள் என்றார் பஞ்சாபைச் சேர்ந்த ஒரு வீராங்கனை.

பிப்ரவரியில் ஆறு நாட்கள் நடைபெற்ற ஊர்க் காவல் படையின் விளையாட்டுப் போட்டிகளில் சாம்பியனாகத் தமிழ்நாடு திகழ்ந்தது. வாலி பால் போட்டியில் தமிழகத்தைச் சேர்ந்த பெண்கள் முதலாவது வந்து, அனைவரது பாராட்டையும் பெற்றனர். பெண்களுக்கான ஜூடோ போட்டியில் பஞ்சாப் முதல் இடத்தையும் ஹரியானா இரண்டாவது இடத்தையும் பெற்றது.

பேட்டி: **தாம்பிரவரணி**

புகைப்படங்கள்: **பால்ராஜ்**

கருணைக்கிழங்கு காரப் புட்டு

அரைக் கிலோ கருணைக்கிழங்கை மண் போக அலம்பவும். துண்டுகளாக்கி சிறிது நல்லெண்ணெய் விட்டு ஜலத்தில் வேக விடவும். நன்கு வெந்த பிறகு எடுத்து, துடுப்பு அல்லது கத்தியினால் துண்டுகளாக்கவும். அம்மியில் கொஞ்சம் புளி, உப்பு, பெருங்காயம், மிளகாய் வற்றல் நான்கு எடுத்து நைஸாக அரைத்து துண்டுகளாக கிழங்கில் பிசிறவும். இலுப்பச் சட்டியில் தாராளமாக எண்ணெய் ஊற்றி கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, தாளித்த பிறகு, பிசறிய கிழங்கைப் போட்டு விடவும். அடுப்பை லேசாக எரிய விட்டு கிளறவும். அடிப் பிடிக்காமல் உதிர்ந்து புட்டு மாதிரி வரும். காரல் துளிக்கூட இராது.

—ரோஜி

என் தோழி தன் வீட்டைக் காலி செய்த பொழுது உதவிக்குச் சென்றிருந்தேன். அப்பொழுது அவள் கணவர், ஆட்களிடம் முதலில், 'எலி பெருக்கியை லாரியில் ஏற்றி விடுங்கள்' என்று சொன்னார். இது என்ன? எலிபெருக்கி? ஒலிபெருக்கி என்றுதான் கேள்விப் பட்டிருக்கிறோம். புதிதாக இருக்கிறதே என்று நினைத்துக் கொண்டிருக்கும் பொழுதே ஒரு பெரிய பெட்டியை ஆட்கள் தூக்கிக் கொண்டு வந்தார்கள்.

விவரம் கேட்டவுடன் 'இது கொலு சாமான்கள் வைக்கும் பெட்டி. எலிகள் இதற்குள் தாராளமாகப் புகுந்து கொண்டு குடித்தனம் செய்து இனப்பெருக்கம் செய்வதால் இதற்கு நாங்கள் எலி பெருக்கி என்று பெயர் வைத்திருக்கிறோம்.' என்றாள்.

—குருப்ரியா

எலிப்பெருக்கியா?


"ஸ்..ஸ்..பாரும்மா,
ரொம்ப அரிக்குது..எரியிதும்மா."
உபயோகியுங்கள்
நைஸில்.
உடனடி நிவாரணம்
அளிக்கும்
வியர்க்குரு பவுடர்.
2 திணுசு
டப்பாக்களில்
கிடைக்கிறது
'நீலம்' மற்றும்
'சந்தனம்'.
மருந்துப் பொருட்கள்
அடங்கிய—நைஸில்:
1. அதிக வியர்வையைத்
தவிர்க்கிறது.
2. வியர்வையை
உறிஞ்சுகிறது.
3. துர்நாற்றம்
ஏற்படுத்தும்
கிருமிகளை
அழிக்கிறது.
4. சருமத்திற்கு
இதமளிக்கிறது.
வாங்குவீர்
நைஸில்
விரட்டுவீர்
வியர்க்குருவை.
nycil
CASGLN-4-182 TAM

கோணங்கள்

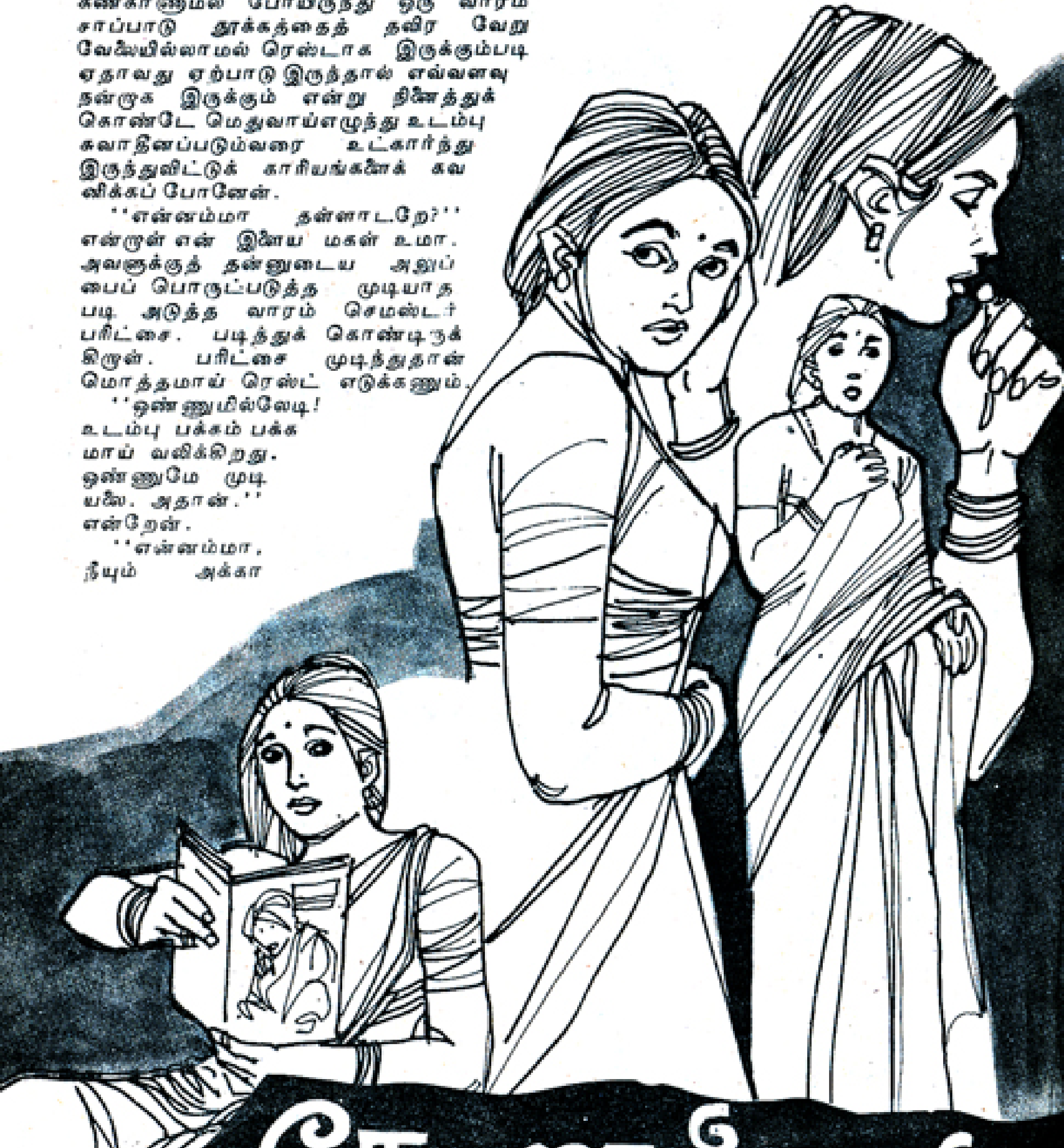
ரேவதி பாலு

கல்யாண அலுப்புத் தீர இன்னும் ஒரு வாரம் ஆகும்போலிருந்தது. அதுவும் இந்தப் பால்காரன் வந்துவிடுவானே, வேலைக்காரி வந்துவிடுவாளேன்னு பயந்து பயந்து தூங்குகிற இந்த மத்தியான வேளைத் தூக்கத்தில் உடம்பு வலி இன்னும் ஜாஸ்தியாகிறாப் போல் தோன்றுகிறது. கல்யாணம் ஆன கையோடு புது மணத் தம்பதிகள் ஹனிமூன் போவது போல, பெண்ணைப் பெற்றவர்களும் எங்கேயாவது கண்காணாமல் போயிருந்து ஒரு வாரம் சாப்பாடு தூக்கத்தைத் தவிர வேறு வேலையில்லாமல் ரெஸ்டாக இருக்கும்படி ஏதாவது ஏற்பாடு இருந்தால் எவ்வளவு நன்றாக இருக்கும் என்று நினைத்துக் கொண்டே மெதுவாய்எழுந்து உடம்பு சுவாதீனப்படும்வரை உட்கார்ந்து இருந்துவிட்டுக் காரியங்களைக் கவனிக்கப் போனேன்.

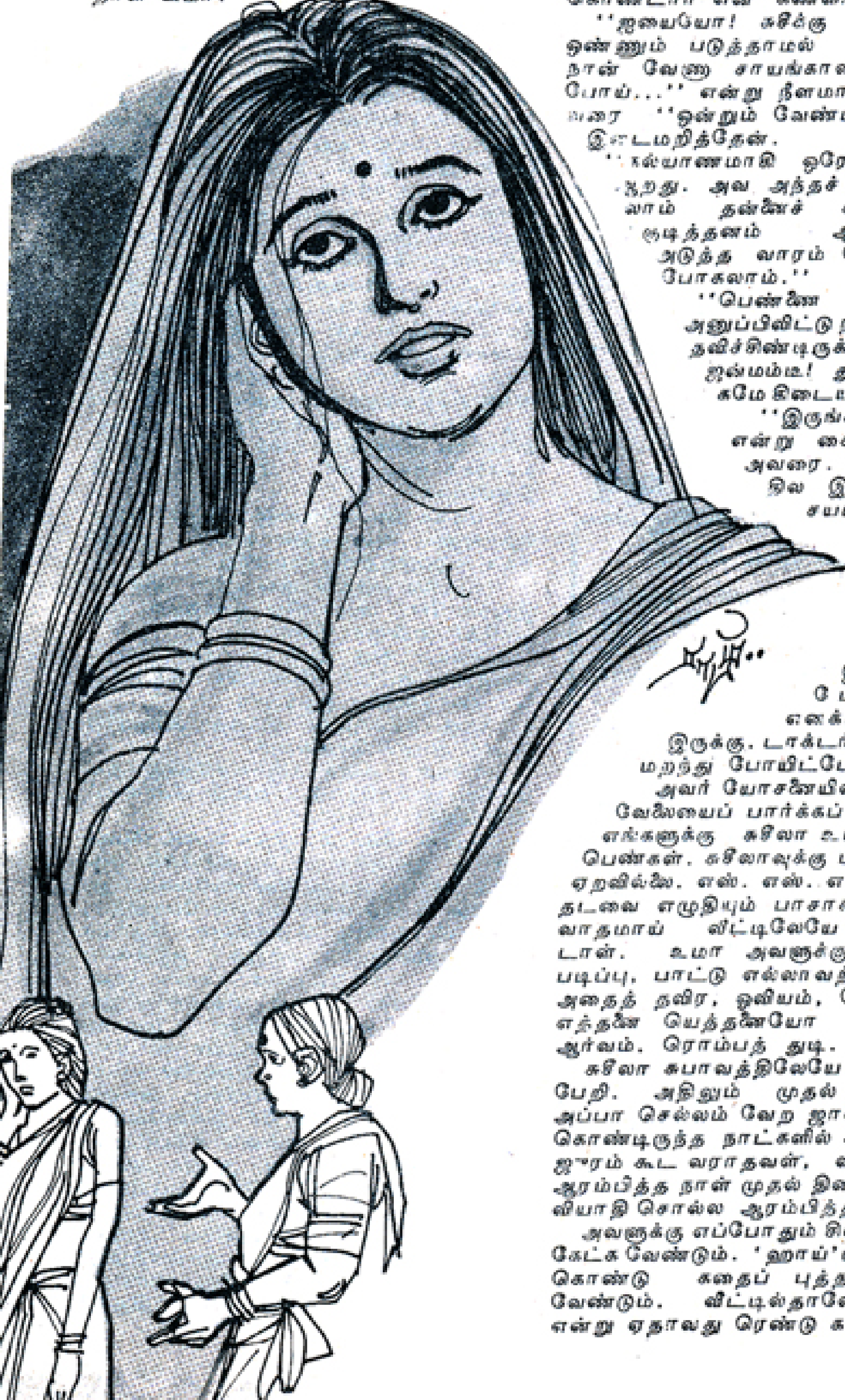
''என்னம்மா தள்ளாடறே?'' என்றாள் என் இளைய மகள் உமா. அவளுக்குத் தன்னுடைய அலுப்பைப் பொருட்படுத்த முடியாத படி. அடுத்த வாரம் செமஸ்டர் பரிட்சை. படித்துக் கொண்டிருக்கிறாள். பரிட்சை முடிந்துதான் மொத்தமாய் ரெஸ்ட் எடுக்கணும்.

''ஒண்ணுமில்லேடி! உடம்பு பக்கம் பக்கமாய் வலிக்கிறது. ஒண்ணுமே முடியலே. அதான்.'' என்றேன்.

''என்னம்மா, நீயும் அக்கா



மாதிரி ஆரம்பிச்சுட்டே?'' என்று சிரித்தாள் உமா.



எங்கள் பேச்சு சப்தத்தில் விழித்துக் கொண்டார் என் கணவர்.

''ஐயையோ! சுசிக்கு உடம்பு கிடம்பு ஒண்ணும் படுத்தாமல் இருக்கணுமே. நான் வேணு சாயங்காலம் ஒரு நடை போய்...'' என்று நீளமாய் ஆரம்பித்தவரை ''ஒன்றும் வேண்டாம்'' என்று இடைமறித்தேன்.

''கல்யாணமாகி ஒரே வாரம்தான் ஆறது. அவ அந்தச் சூழ்நிலைக்கெல்லாம் தன்னைச் சரிப்படுத்திண்டு குடித்தனம் ஆரம்பிக்கட்டும். அடுத்த வாரம் ரெண்டுபேருமா போகலாம்.''

''பெண்ணை வீட்டை விட்டு அனுப்பிவிட்டு நான் தவியாய்த் தவிச்சிண்டிருக்கேன். நீ ராக்ஷஸ ஜன்மம்டீ! துளிக்கூட இரக்கமே கிடையாது உனக்கு!''

''இருங்கள் இருங்கள்'' என்று கையமர்த்தினேன் அவரை. ''ஊர் உலகத்தில இல்லாத அதிசயமா நீங்கதான் பெண்ணைப் பெத்துக் கல்யாணம் பண்ணிக் குடுத்திட்டேளா இப்படி மாஞ்சு போறதுக்கு. எனக்கும் அக்கறை இருக்கு. டாக்டர் சொன்னதை மறந்து போயிட்டேளா?''

அவர் யோசனையில் ஆழ, நான் வேலையைப் பார்க்கப் போனேன்.

எங்களுக்கு சுசீலா உமா ரெண்டே பெண்கள். சுசீலாவுக்கு படிப்பு ரொம்ப ஏறவில்லை. எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. மூன்று தடவை எழுதியும் பாசாகவில்லை. பிடிவாதமாய் வீட்டிலேயே இருந்துவிட்டாள். உமா அவளுக்கு நேர் எதிர். படிப்பு, பாட்டு எல்லாவற்றிலும் முதல். அதைத் தவிர, ஓவியம், யோகா என்று எத்தனை எத்தனையோ விஷயங்களில் ஆர்வம். ரொம்பத் துடி.

சுசீலா சுபாவத்திலேயே சிறிது சோம்பேறி. அதிலும் முதல் பெண் என்று அப்பா செல்லம் வேற ஜாஸ்தி. படித்துக் கொண்டிருந்த நாட்களில் சாதாரணமாக ஜுரம் கூட வராதவள், வீட்டில் இருக்க ஆரம்பித்த நாள் முதல் தினமும் ஏதாவது வியாதி சொல்ல ஆரம்பித்தாள்.

அவளுக்கு எப்போதும் சினிமாப் பாட்டு கேட்க வேண்டும். 'ஹாய்'யாகப் படுத்துக் கொண்டு கதைப் புத்தகம் படிக்க வேண்டும். வீட்டில்தானே இருக்கிறாள் என்று ஏதாவது ரெண்டு காரியம் சொன்

ஞல் அரை மனதாய்ச் செய்வாள். செய்து விட்டு, கால் வீங்கி விட்டது, கை குடைகிறது, மண்டையைத் தெறித்துப் போகிறது என்று விதவிதமாய் வியாதி சொல்வாள். நான் முதலில் இதைச் சட்டையே செய்யவில்லை. பொண்ணுகப் பொறந்துட்டு, அதுவும் நாளைக்கு இன்னொரு எடத்துக்குப் போக வேண்டியவ காரியம் ஒண்ணும் கத்துக்காம கதை பண்ணினு எப்படி?

ஆனல் இது நாளுக்கு நாள் அதிகமாகிக் கொண்டு வந்தது. திடீரென்று ''அம்மா எனக்கு என்னவோ பண்றதே. தலையைச் சுத்தற மாதிரி இருக்கே! ஒருவேளை ரத்த அழுத்தம் இருக்குமோ?'' என்பாள். இன்னும் தனக்கிருக்கிற அறிகுறிகளுக்குத் தனக்கு எப்பேர்ப்பட்ட வியாதிகளெல்லாம் வரக்கூடும் என்று ஆராய்ந்து சொல்லிக்கொண்டிருந்தாள்.

''அசடு! தத்துப் பித்துன்னு உளருதே கம்மா படுத்திண்டிருக்காம எழுந்து சுறுசுறுப்பா வளைய வந்தா ஒருவியாதியும் வராது.'' என்பேன்.

தேமலை போக்குவது எப்படி?

தேமலை மிக சுலபமான முறையில் போக்கி விடலாம். விபூதி பச்சிலை சிறிது துளசி, உப்பு கொஞ்சம் மூன்றையும் விழுதாய் அரைத்து தேமல் உள்ள இடங்களில் நன்கு தடவி விடவும். அரைமணி நேரம் கழித்து சீயக்காய் தேய்த்து குளிர்ந்த நீரால் கழுவி விடலாம். நான்கு தினங்களில் தேமல் மறைந்துவிடும்.

-புவனு நாகராஜன்

''உனக்கு இரக்கமேகிடையாதே! என்னை கண்டாலே ஆகாதே! நான் கஷ்டப்பட்டா சந்தோஷப்படறவதானே நீ'' என்று என்னென்னவோ ஆத்திரத்தில் கத்துவாள். 'ஓ'வென்று அழுவாள். எத்தனை நல்ல வார்த்தை சொன்னலும் சமாதானமாக மாட்டாள்.

சாய்ந்திரம் அவ அப்பா எப்போ வருவார்னு காத்திருந்து அன்னிக்கு அவளுக்கு உடம்பு படுத்தின விதத்தை அவரிடம் விஸ்தாரமாக விவரித்து அழுவாள்.

உடனே, ''கொழந்தை முடியலேங்கருளே, கொஞ்சம் கவனிக்கக் கூடாது? காலுக்குத் தவிட்டு ஒத்தடம் கொடு. கையில ஐயோடக்ஸைத் தேய்'' என்று எனக்கு உத்தரவுகள் பறக்கும்.

முதலில் சாதாரண டாக்டர்களிடம் காண்பித்துப் பார்த்தோம். ஒன்றும்குணம் தெரியவில்லை. சுசீலா விடாமல் மூச்சுக்கு மூன்னூறு வியாதி சொல்லிக் கொண்டு தான் இருந்தாள். சரிதான். இந்தப் பெண்ணுக்கு நெஜமாகவே உடம்பில் எங்கேயோ ஏதோ கோளாறுதான்போலிருக்கிறது என்று பயந்துபோய் உச்சந்தலையிலிருந்து உள்ளங்கால்வரை அது அதற்கான ஸ்பெஷலிஸ்டுகளிடம் அழைத்துச் சென்று காட்டினேம். பணம் தண்ணீராய்ச் செலவழிந்தது. எங்கேயும் எந்தக் கோளாறும் இல்லை. நார்மல்தான் என்று சொல்லிவிட்டார்கள்.

கடைசியாய் மண்டையிடிக்காக ஒரு நியூரோலாஜிஸ்டிடம் காட்டியபோது, அவர்தான் சொன்னர்: ''தலைவலி என்பது மனக சம்பந்தப்பட்ட காரணங்களால்கூட வரலாம். எதுக்கும் ஒரு சைக்கியாட்ரிஸ்ட்டையும் பார்த்து விடுங்கள்.''

சைக்கியாட்ரிஸ்ட் ராஜகோபாலன் சிரித்த முகமாய், பொறுமையாய், அவளுக்கு எந்தெந்தச் சமயத்தில் உடம்பு எப்படி யெப்படிப் படுத்துகிறது என்று சுசீலா பட்டியல் போட்டுச் சொன்ன விவரங்களைக் கேட்டார். பிறகு இவரிடம் திரும்பினர்.

''படிக்க வெக்கலேன்னு என்ன? வேற ஏதாவது விஷயத்தில் உங்க மகளை நீங்க ஈடுபடுத்தியிருக்கலாமே!''

''உடம்பு படுத்தி அவ ஒரே 'வீக்'கா இருக்காளே. அவளாலே ஒண்ணும் முடியாதே!' என்ருர் இவர்.

டாக்டர் ஒரு நிமிடம் தன் முன்னிருந்த லெட்டர் பேடையே வெறித்த படி யோசனையில் ஆழ்ந்தார்.

பிறகு சுசீலாவை அடுத்த அறையில் போய் அமரச் சொன்னர்.

நாங்கள் மனச் சஞ்சலத்தோடு அவரையே பார்த்தோம். என்ன சொல்லப் போகிருர்?

''முதல் விஷயம், நீங்க உங்க பெண் எதிரே, அவளுக்கு உடம்பு சரியில்லை அவளால முடியாதுன்னு சொல்லவேகூடாது. அதுவே அவ மனசுல படிஞ்சு போயிடும். உங்க பெண்ணைத் தெரிஞ்சோ, தெரியாமலோ ஒண்ணும் கத்துக் குடுக்காம அப்படியே விட்டுட்டீங்க. உங்க ரெண்டாவது பெண் எல்லா விஷயங்களிலும் ரொம்பக் கெட்டிக்காரின்னு சொன்னீங்க. அப்ப, சந்தேகமில்லாம நீங்க ரெண்டு பேரும் அந்தப் பெண்ணை சுசீலா முன்னிலையில் புகழ்ந்திருப்பீங்க. அவளுக்குத் தான் அந்த மாதிரி இல்லையேங்கற ஒரு தாழ்வு மனப்பான்மை ஏற்பட்டிருக்கலாம். என்னடா இது, அப்பா அம்மா நம்மைக் கவனிக்காமப் போயிடப் போருகளோங்கிற பயத்தில அட்டென்ஷன் தனக்கு வேணுங்கிற வெறியிலே கற்பனையாய் வியாதி சொல்ல ஆரம்பித்திருக்கலாம். உடனே நீங்க மாய்ஞ்சு மாய்ஞ்சு சிகருஷை பண்ணினதில் ஒரு திருப்தி

கிடைத்தது. அந்தத் திருப்தியைத் தொடர்ந்து பெறுவதற்காகவே திரும்பத் திரும்ப உடம்பு முடியவில்லை என்று கூறி கடைசியில் இந்த மாதிரி கேஸில் அவர்கள் கற்பனை பண்ற விஷயங்களை நாளடைவில் அவர்களே தீவிரமாய் நம்ப ஆரம்பித்து விடுவார்கள். பிறகு நீங்க எத்தனை டாக்டரைப் பார்த்தாலும் பிரயோஜனமில்லை. டாக்டருக்குக் கண்டுபிடிக்கத் தெரியவில்லை. ஆனால் எனக்கு உள்ளூர ஏதோ இருக்கு என்பார்கள். ஆமாம்! உங்கள் பெண்ணுக்கு இருபத்திமூணு வயசாகிறதே கல்யாணம் பண்ற உத்தேசமில்லையா உங்களுக்கு?'' என்றார்.

''உடம்பு படுத்திண்டே இருக்கிறபோது எப்படின்னுதான்....'' என்று இழுத்தார் இவர்.

''உஸ்! உங்களுக்கு மொதல்ல வைத்தியம் பண்ணணும் போலிருக்கே! இதோ பாருங்க. இந்த நொடி முதல் சுசீலாவுக்கு ஒரு உடம்புமில்லை. எல்லாப் பெண்களையும் போல நார்மலாத்தான் இருக்கிறாள் என்று முதல்ல நீங்க நம்பணும். பிறகு மெதுவாய் அவளை நம்ப வைக்கணும். அவரை விட நீங்களே தைரியமாயிருப்பீங்க போலிருக்கு. அதனால உங்ககிட்டயே சொல்றேன். கேளுங்க! எவ்வளவு சீக்கிரம் முடியுமோ அவ்வளவு சீக்கிரம் சுசீலாவுக்கு ஒரு கல்யாணத்தைப் பண்ணுங்க. அவளுக்குன்னு ஒரு குடும்பம், பொறுப்புன்னு வந்து சூழ்நிலையில் ஒரு மாறுதல் ஏற்பட்டால் நிச்சயம் மனநிலையிலும் மாறுதல் ஏற்பட்டு உடம்பு குணமாகிவிடும்.''

அவரிடம் விடை பெற்றுக் கொண்டு எழுந்த எங்களை ''ஒரு நிமிடம்!'' என்று நிறுத்தினார் டாக்டர்.

'' இன்னொரு விஷயம். கல்யாணம் பண்ணிக் குடுத்தீங்கன்னு கொஞ்ச நாளைக்குக் குறைஞ்ச பட்சம் ஒரு பதினைந்து நாளைக்காவது அவளைப் போய்ப் பார்க்கற வேலை வெச்சுக்காதீங்க. அந்த சூழ்நிலைகளுக்கெல்லாம் அட்ஜஸ்ட் பண்ணிக்கிட்டு அவ ஒரு மாதிரியா 'செட்டில்' ஆக 'டைம்' குடுத்துட்டு அப்புறம் போய்ப் பாருங்க. இது ரொம்ப முக்கியமான விஷயம்'' என்றார்.

அன்று டாக்டர் சொன்னதைத்தான் இப்போது இவருக்கு நினைவு படுத்தினேன்.

இவரும் சுசீலாவும் பலமாய் எதிர்த்தும் டாக்டர் சொன்னபடி நானே தீவிரமாய் வரன் பார்த்து. முனைப்பாய் நின்று எல்லாக் காரியங்களையும் கவனித்து ஒரு வழியாய் ஒருவன் கையில் பிடித்துக் கொடுத்தாயிற்று.

அவளுடைய நன்மைக்காக நான் கண்டிப்பாய் இருக்கிறேனே தவிர எனக்கு மட்டும் கல்யாணம் பண்ணிக் கொடுத்த பெண்ணைப் போய் பார்க்க ஆசையில்லையா? பதினைந்து நாட்கள் எப்போ முடியும் என்று காத்திருந்து இருவரும் ஆவலாய் ஓடினோம்.

எங்களை எதிர்பாராமல் பார்த்த மகிழ்ச்சி சுசீலா முகத்தில் வெளிப்படையாய்த் தெரிந்தது. ஓடிவந்து வரவேற்றாள்.

''எப்படி அம்மா இருக்கே? மாப்பிள்ளை இல்லையா?'' இவர் சுபாவமான உரத்த குரலில் ஆரம்பிக்க, ''உஷ்'' என்று வாயில் விரலை வைத்து எச்சரித்தாள்.

''அவருக்கு ஒரே தலைவலி. உள்ளே படுத்திண்டிருக்கார். இதோ அவருக்குத் தான் அடுப்பில் கஷாயம் போட்டுண்டிருக்கேன்'' அடுப்பைப் பார்க்க ஓடினாள்.

நான் அவளையே கண் கொட்டாமல் பார்த்தேன். என்ன துள்ளல்! என்ன சுறுசுறுப்பு!

மாப்பிள்ளைக்குத் தொந்திரவில்லாத படி அவர் அறைக் கதவைச் சாத்திவிட்டு வந்து அமர்ந்தாள்.

''பாக்டரியிலே ஓயாம நின்னுண்டே சூபர்வைஸ் பண்றரா, அப்பப்ப கால்வலி வந்து அவஸ்தைப் படுவார். பாவம்! நான் தைலம் தடவி உருவினத்தான் மறு நாள் வேலை செய்ய முடியறதும்பார். நான் பாட்டுக்குப் பேசிண்டே இருக்கேனே. இருங்கோ காப்பி டிபன் கொண்டுவரேன்''

பாயசம் செய்யும்போது பால் திரிந்து போனால், இரண்டு சிட்டிகை சமையல் ஸோடாவைப் போட்டால் திரிந்த பால் சரியாகிவிடும்.

-ஜெயா. வி. ராமன்

திரும்பி 'ஒரு ஓட்டம்' சமையலறைக்கு.

''எங்களோட வந்து ஒரு வாரம் இருந்துட்டுப் போவோம்மா!'' என்றார் அவளுடையஅப்பா.

''ஐய்யய்யோ! நான் இல்லாட்டா அவருக்கு ஒரு நிமிஷம் கூட முடியாது. அப்புறமாய்ப் பார்க்கலாம்.''

அடேயப்பா! நான் ஆச்சரியப்பட்டுப் போனேன். கல்யாணமான பதினைந்தே நாள்ல எவ்வளவு மாற்றம்!

''இப்படி ஓடு ஓடுன்னு ஓடறாளே... இவளுக்குத் திரும்பி ஏதாவது உடம்புக்கு வராம இருக்கணுமே'' — வீட்டுக்குத் திரும்பும்போது என்னிடம் கவலையுடன் அங்கலாய்த்தார் இவர்.

நான் பொங்கிவந்த சிரிப்பை அடக்கிக் கொண்டேன்.

பேணி வளர்த்தேன்!



எங்களுக்குப் பெண் குழந்தை என்றால் மிகவும் இஷ்டம். பெண் குழந்தைக்காகத் தவமிருந்தபடியால் ஐந்து குழந்தைகளைப் பெறும்படியாயிற்று. திருப்பதிக்கு வேண்டிக்கொண்டு, ஐந்தாவது ஓர் அழகான பெண் குழந்தைபிறந்தது. அஞ்சாவது கெஞ்சினாலும் கிடைக்காது என்பார்கள். எங்கள் மகிழ்ச்சிக்கு அளவே யில்லை. பத்மாவதி என்று பெயரிட்டு அருமையும் பெருமையுமாக வளர்த்து வந்தோம். நான்கு ஆண் குழந்தைகளை விட, சாதுவாகவும், அதே சமயம் மிகப் புத்திசாலியாகவும் இருந்தாள். அவளை எப்படி யெல்லாம் வளர்க்க வேண்டும் என்று திட்டம் போட்டோம்! பாட்டு, படிப்பு, நாட்டியம் எல்லாம் சொல்லிக் கொடுத்து, சகல கலாவல்லியாக்க வேண்டும் என்று கனவு கண்டோம்.

அவளுக்கு எட்டு வயதிருக்கும். கடுமையான ஜுரம் வந்து பிழைத்து எழுந்தாள். அவளுடைய மெலிந்த தேகத்தில் வெள்ளைப் புள்ளிகள் தோன்றின. டாக்டரிடம் காட்டினோம். ஏதோ வைட்டமின் குறைவு உடம்பு தேறினால் சரியாகி விடும் என்றார். பல மருந்து, மாத்திரை, டானிக் எழுதிக் கொடுத்தார். நாளடைவில் உடம்பு தேறியதே தவிர வெள்ளைப் புள்ளிகளா யிருந்தது விரிவடைந்து உடல் முழுவதும் பார்க்கவே அருவருப்பாய் இருந்தது. அத்துடன் எங்களுக்குக் கடுமையான சோதனை காலம் ஆரம்பித்தது.

பலர் வெண் குஷ்டம் என்றார்கள். சிலர் ரத்தத்தில் உள்ள சிவப்பு அணு குறைவதால் தோல் வெளுத்து விடுகிறது. இது வியாதி இல்லை யென்றும், ஒட்டுவாரொட்டியுமில்லை என்றனர். லூகோடெர்மா என்ற பெயரென்று சில டாக்டர்கள் சொன்னார்கள். எப்படி இருந்தால் என்ன? என் குழந்தையின் அழகும் சந்தோஷமும் மாயமாய் மறைந்து விட்டது. மாறிவிட்ட தன் உடல் நிலையைப் பார்த்து தாழ்வு மனப்பான்மை ஏற்பட்டு விட்டது.

அவளை இனிமேல் பள்ளிக்கூடம் அனுப்ப வேண்டாம் என்று அவள் வகுப்பு ஆசிரியர் கூறிவிட்டார். அவர் காலில் விழாத குறையாகக் கெஞ்சி அவளுக்கென்று தனி சீட்டு கொடுக்கச் செய்தோம். அவளைப் பார்த்த பிள்ளைகள் எல்லாம் முகம் சுளித்தார்கள்.

அந்தக் குழந்தை மனம் என்ன பாடு படும்? துக்கம் நெஞ்சை அடைக்க மௌனமாய் வீட்டிற்கு வந்து என்னிடம் சொல்லித் தினமும் கதறி அழுவாள். அவளுடைய ஆட்டம், பாட்டம், ஓட்டம், துள்ளல், விளையாட்டு எல்லாம் நின்று விட்டது. அறைக்குள்ளேயே அடைந்து கிடப்பாள். பாடங்களை நன்றாய்ப் படித்து, முதல் மார்க் வாங்குவதன் மூலம் மற்றவர்களை மட்டம் தட்டலாம் என்று ஆறுதல் வார்த்தைகள் சொல்லித் தேற்றினேன். அவள் பள்ளிக்கூடத்திலேயே அவள்தான் எல்லா வகுப்புகளிலும் முதல் மார்க் வாங்கிய மாணவி.

நாங்கள் ஆசைப்பட்டபடி ஒரு பெண் குழந்தையைக் கொடுத்து, வாழ்க்கையை அவலமாக்கி விட்டாயே என்று கடவுள் சந்நிதியில் கதறினேன். அவளை எப்படியெல்லாம் வளர்க்க வேண்டுமென்றுபோட்ட திட்டத்தை மட்டமாக்கி விட்டாயே என்று கூறி மனம் குமுறினேன். வேண்டாத தெய்வமில்லை. போகாத கோயிலில்லை. செய்யாத பரிகாரமில்லை. எத்தனையோ விதமான வைத்தியங்கள் செய்தும் பலனில்லை. ஒரு வருஷப் படிப்பை நிறுத்தியே நாட்டு வைத்தியம் செய்து பார்த்தேன். சரியான படி வைத்தியம் கண்டு பிடிக்கவில்லை. பணத்தை வைத்தியத்திற்குத் தண்ணீராய்ச் செலவழித்தோம். பாட்டிற்கும், நாட்டியத்துக்கும் வைத்த பணம் இப்படிச் செலவாகியது.

வீட்டின்கலகலப்பும் அமைதியும் மறைந்தே விட்டது. அவள் வளர்ந்தாள். ருதுவானாள். உடல் திட்டுக்களும் வளர்ந்தது. தலை நரைக்க ஆரம்பித்தது. அவளை விட்டு எங்கேயாவது சென்றால் அவள் மனம் ஏங்கும். அவளையும் கூட அழைத்துச் சென்றால் அவளையே எல்லோரும் வெறித்துப் பார்த்துச் சுட்டிக் காட்டி கிசுகிசுவென்று பேசுவார்கள். ஆகையால் நானும் அவளும் வெளி உலகை மறந்து வீட்டுக்குள்ளேயே ஒரு தனி உலகத்தைப் படைத்துக் கொண்டோம். உயர்ந்த கருத்துக்கள் அடங்கிய புத்தகங்களை வாங்கிக் கொடுத்தேன். பத்திரிகைகள் வாங்கினேன். ரேடியோவில் வரும் பாட்டுக்களைக் கேட்கச் செய்தேன். கை வேலை, பூவேலை செய்யக் கற்றுக் கொடுத்தேன். பொழுதை நல்லவிதமாகப் போக்க வழிகள் செய்தேன். தன்

உடன் இருந்து தாழ்வு மனப்பான்மையைப் போக்கினேன். தன்னம்பிக்கையை ஊட்டினேன்.

தன்னால் பல வருஷங்கள் தாய் பட்ட கஷ்டத்தைப் புரிந்து கொண்டாள். கண்ணீர் விடுவதை நிறுத்தினாள். தைரியமாக, தன்னிச்சையாகச் செயல்பட ஆரம்பித்தாள். எதையும், யாரையும் எதிர்க்கத் துணிவு கொண்டாள். பிறருடைய கேலிகளுக்குச் செவி சாய்ப்பதில்லை. தினமும் கோவிலுக்குப் போய், கடுமையான விரதமிருந்து, பிரார்த்தனை செய்தாள். அவளுடைய பக்திக்கு ஒரு சக்தி ஏற்பட்டது. தலை நரை மறைந்தது. உடலில் உள்ள திட்டுக்கள் சுமாராய் மறைந்தது.

நல்லிதயம் கொண்ட வாலிபன் ஒருவன் அவளைத் திருமணம் செய்து கொண்டான். அவள் மூன்று குழந்தைகளுக்குத் தாயாகி, இல்லறத்தை நல்லறமாக நடத்தி வருகிறாள்.

ஜெயஸ்ரீ
சென்னை-61



என் திருமணம் நடந்த மறு வருடமே நான் தலைப் பிரசவத்தில் இரண்டு பெண் குழந்தைகளைப் பெற்றெடுத்தேன். என் பிரசவத்துக்கு முன் நான் இரண்டு மாத காலம் பட்ட பாடும், சிரமமும் சொல்ல முடியாதவைகளாகும்.

இரவு பத்தரை மணிக்கு முதல் குழந்தையும் பின்பு முப்பது நிமிஷம் கழித்து மறு குழந்தையையும் பெற்ற பின்பு எனக்குப் பிரக்ஞை இல்லாமல் கிடந்து மறு நாள் காலையில்தான் பிரக்ஞை வந்தது என்று சொன்னார்கள். அப்பொழுதுதான் என் இரு குழந்தைகளையும் என்னிடம் காண்பித்தார்கள். அவர்களைப் பார்த்தவுடன் மறுபடி மயக்கம்தான். அதற்குக் காரணத்தை நான் சொல்லாமலே அறிந்து கொள்ளலாம். இரு குழந்தைகளின் சொரூபமும் அசல் தேவாங்கு மாதிரியே இருந்தது.

முதல் மூன்று மாதத்துக்குக் குழந்தைகளுக்குப் பஞ்சினால் நனைத்து நனைத்து வாயில் பால் பிழிந்து கொடுப்பதுதான் சாத்தியமாக இருந்தது. இரவு பகல் எந்நேரமும் சதா அழுகைதான். முதல் குழந்தைக்குப் பால் புகட்டுவதற்கு இருபது நிமிடங்கள் ஆகும். அதற்குள் இரண்டாவது அழ ஆரம்பித்து விடும். அதற்குப் பால் கொடுத்து முடிய மீண்டும் முதல் குழந்தைக்குப் பசி ஆரம்பித்துவிடும்.

குழந்தைகள் தேறாததனால் இந்த உலகில் என்னென்ன தோஷங்கள் உண்டோ அவ்வளவு தோஷ நிவர்த்திகளும் செய்ய வேண்டிய நிர்ப்பந்தம் ஏற்பட்டது.

முதலில் தேரை தோஷம் செய்வதற்கு வாழைக் கொல்லை தேடி வெள்ளை கலர் தேரையைப் பிடித்து வந்து அதை நெய்யில் பொரித்து அந்த நெய்யை உள்ளுக்கும் குடுத்து உடம்புக்கும் தேய்த்தது.

விதவை ஸ்நானம் செய்துவிட்டு வந்து அவள் தலைமயிர் ஜலத்தை குழந்தைகள் மேல் தெளிக்க வைத்தோம்.

இப்படி இன்னும் எவ்வளவோ!

ஒரு வயது வரையில் குழந்தைகள் போட்டால் போட்ட இடத்தில் கிடந்தார்களே தவிர, குப்புறத்திக்கொள்ளவோ, நகரவோ தெரியாது. ஆகையால் பயமில்லாமல் உயரமான மேஜை மேல் படுக்க வைத்துவிட்டு நான் என் காரியங்களைக் கவனித்து வந்தேன்.

ஒரு குழந்தையின் ஒரு வேளை ஆகாரம் இரண்டு அவுன்சுகள் மட்டுமே. அவைகளும் ஜெரிக்காது. ஜீரண சக்தி என்பது எள்ளளவும் இல்லாமல் இருந்தது. சிவராத்திரி என்பது கடந்த மூன்று வருஷ காலம் நாங்கள் மாற்றி மாற்றி டூட்டி போட்டுக் கொண்டு இரவு பகலாய்க் கண் விழித்து குழந்தைகளை பேணி வளர்த்ததுதான் எங்களுக்கு அசல் சிவராத்திரியாக இருந்தது.

எங்கள் வீட்டில் என் தகப்பனாரோ, தாயாரோ, தம்பிமார்களோ, தங்கைமார்களோ, நாத்திமார்களோ அருவைப்படாமலும் அசிங்கம் எனப் பாராமலும் இந்தக் குழந்தைகளுக்கு வேளா வேளைக்கு ஆகாரம் கொடுப்பதுடன், துணிமணிகளைத்தோய்த்துக் காயவைத்து, மடித்து வைத்து, குழந்தைகள் அழும்போது தாலாட்டுப் பாடி மிகவும் கவனித்து வந்தார்கள்.

இப்போது என் இரு குழந்தைகளுக்கும் நான்கு' வயது பூர்த்தியாகி ஐந்தாவது வயது நடந்து வருகிறது. இருவரும் எல்.கே.ஜி. பாஸ் செய்துவிட்டு இவ்வருடம் யுகேஜியில் படித்து வருகின்றனர். தற்சமயம் என் குழந்தைகளைப் பார்ப்பவர்கள் இதுவரை நான் எழுதியிருப்பதெல்லாம் பொய் எனவே கூறுவார்கள். பள்ளியில் தினமும் மற்ற குழந்தைகள், மிஸ் இவர்களை குண்டு குண்டு என்று சொல்கிறார்கள் என்ற புகார்தான்.

-நாகலட்சுமி ராஜகோபாலன்
டால்மியாபுரம்



பருகுக நரசுஸ் காபி பெறுக நற்பரிசுகளை!

- 12 கிலோ நரசுஸ் காபிக்கு எவர்சில்வர் காபி டபரா செட்.
- 6 கிலோ நரசுஸ் காபிக்கு எவர்சில்வர் காபி டம்ளர்.
- 2 கிலோ நரசுஸ் காபிக்கு பல வண்ணத் துணிப் பை.
- 500 கிராம் நரசுஸ் காபிக்கு எவர்சில்வர் காபி ஸ்பூன்.

மொத்தமாகவோ, சில்லரையாகவோ வாங்கும் நரசுஸ் காபியுடன் கிடைக்கும் வெகுமதிக் கூப்பன்களைப் பெற்று வெகுமதிகளைப் பெறுங்கள்.

12.2.83 முதல் 19.3.83 வரை உள்ள விற்பனைக்கே வெகுமதிகள் உரியவை.

ஜீவனுள்ள ஒரே காபி!

நரசுஸ்

"தெர்மலோ" காபி!

நரசுஸ் காபி கம்பெனி
சேலம் 636 007.
கிளைகள்: தமிழ்நாடெங்கும்.

ADWAVE NCC 2261



எனது இரண்டாவது மகன் அழகன் குமரன் ஒன்றரை வயது ஆக இருந்தபோது திடீரென்று ஒரு நாள் இரவு ஒரு மணிக்கு ஜன்னி வந்து நினைவிழந்தான். நானும் என் தாயாரும் அவரும் தோளில் தூக்கிப் போட்டுக் கொண்டு மருத்துவ மனைக்கு அழுது கொண்டு ஓடினோம். அவர் குழந்தையின் கண்ணில் கை வைத்தால் கூட கண் அசையவில்லை. நாங்கள் ஓவென்று அழுதோம். டாக்டர் இரண்டு ஊசி போட்டு ஒரு மாத்திரை கொடுத்து வீட்டுக்குப் போங்கள் என்றார்.

டாக்டர் வீட்டைச் சாத்திவிட்டுப் போய் விட்டார். நாங்கள் வீட்டுக்குப் போய் என்ன செய்வது? ஏதாவது என்றால் உடனே டாக்டரை எழுப்பலாமே என்று அங்கேயே உட்கார்ந்திருந்தோம். 'முருகா! உன் பேரை என் மகனுக்கு வைத்தேனே' என்று அழுதேன். அழுதுகொண்டே கந்தர் சஷ்டி கவசம் கூறினேன். கந்தர் சஷ்டி கவசம் மனப் பாடமாகத் தெரியும். பின் விடிகாலை ஐந்து மணிக்குப் பையன் அசைந்தான். கை, கால்களை ஆட்டினான். எங்களுக்குக் கொஞ்சம் உயிர் வந்தது. உடனே வீட்டிற்கு வந்து மாத்திரை ஊற்றினோம். பின் காலை பத்து மணிக்கு டாக்டரிடம் சென்று காண்பித்தோம். அவர் 'கடவுள் காப்பாற்றி விட்டாரம்மா. இரவு பையனுக்கு நாடியே ஓடவில்லை. பிழைப்பது கஷ்டம் என்றுதான் உடனே உங்களை வீட்டுக்கு அனுப்பினேன்!' என்றார்.

அவனுக்கு எந்தத் தொல்லையும் இல்லாமல் பதினைந்து வயது வரை வளர்த்தேன். அவனுக்கு சிறு காயம்கூடப் பட்டு ஒரு அடையாளம் இல்லை. அப்படியே மொழு மொழு என்று அழகன் குமரன் என்ற பெயருக்கு ஏற்ப அழகாக இருந்தான். ஒரு நாள் திடீரென்று என் மகன் 'அம்மா தலை வலிக்குது' என்று வாந்தி எடுத்தான். காய்ச்சல் அடித்தது. இரண்டு நாள் ஊசி போட்டும் அடங்கவில்லை. டாக்டரிடம் காலில் விழுந்து ''என்ன காய்ச்சல்?'' என்றோம். ''ஏம்மா அதிசயமா அழுவறே? காய்ச்சல் வாந்தி எடுத்த மயக்கம். அதனாலே அப்படி இருக்கிறான்'' என்றார் டாக்டர். நாங்கள் மனம் கேட்காமல் எங்கள் ஊர் இராசிபுரத்திலிருந்து காரில் சேலம் சென்று ஒரு டாக்டரிடம் காண்பித்தோம்.

அவர் இது மூளைக் காய்ச்சல் என்று கூறி ''முட்டாள்களே! நேற்றே நீங்கள் இங்கு வந்திருக்க வேண்டும்'' என்றார். என்ன செய்வது என்று தெரியாமல் டாக்டர் எழுதிக் கொடுத்த மருந்துகளை யெல்லாம் வாங்கினோம். ஒரு முறைக்குப் பத்து ஊசிக்கு மேல் போட்டார். ஆறு குளுகோஸ் பாட்டில் இறக்கினார். ரத்தம், சிறுநீர், தண்டுவட நீர், மலம் என்று பல பரிசோதனைகளைச் செய்தார். மனம் வருந்தி கந்தர் சஷ்டி கவசத்தை வாய் ஓயாமல் சொல்லிக்கொண்டே இருந்தேன். நான் வேண்டாத கடவுள் இல்லை. முருகா! பழனிக்கு நானும் என் கணவரும் என் மகனுக்கும் சேர்த்து மும்முடி எடுத்து தங்க ரதம் ஓட்டுகிறோம். திருப்பதிக்கு மூவரும் முடி எடுத்து ஆயிரம் ரூபாய் உண்டியலில் போடுகிறோம். மாரியம்மனே! காளியம்மனே! என்று தெய்வங்களை எல்லாம் அழைத்து அழுதேன்.

எந்தத் தெய்வமும் என் கூக்குரலைக் கேட்காது விட்டது. பாவி! பதினாறு வருடம் வளர்த்துப் பறித்துக் கொண்டான் இறைவன். என்மீது இரக்கம் இல்லாமல் என் மகன் உயிர்பிரிந்ததும் கந்தர்சஷ்டி கவசப் புத்தகத்தைச் சுக்கல் சுக்கலாகக் கிழித்து எறிந்தேன். கத்தினேன், கதறினேன், அழுதேன் துடித்தேன் ஒன்றரை வருடத்தில் உயிர் போகப் படுத்தியபோது பிழைத்த கண்மணி பதினாறு வயதில் பறந்துவிட்டானே!

புலவர் மு. வசந்தா
இராசிபுரம்



என் குழந்தையைப் பற்றி இப்படி எழுதுவது எனக்கே கஷ்டமாக இருக்கிறது. எந்த ஒரு தாயும் தன் பிள்ளை வயிற்றுக்கு

நிறையச் சாப்பிடுகிறான் என்பதை வெளியில் சொல்லவே மாட்டாள். ஆனால் என் நிலைமை வேறு. நான் ஒரு பெரிய குடும்பத்தில் மாமியார், நாத்தனார், மைத்துனர்கள் எல்லாருக்கும் நடுவில் வந்து சேர்ந்தேன். முதல் குழந்தை ஆண் என்று மிகவும் மகிழ்ச்சியடைந்தேன். அவன் பிறந்த சில நாட்களிலேயே அவனுடைய 'பசி' அதிகம் என்று தெரிந்து கொண்டேன்.

இரண்டு பாட்டில் பாலை ஒரே மூச்சில் குடித்துவிட்டு அடுத்த ஒரு மணி நேரத்தில் மீண்டும் அழுவான். இரவு நேரத்தில் மூன்று முறை 'கிளாஸ்கோ' கரைத்துக் கொடுப்பேன்.

கோதுமை மாவு அரைத்ததும் நன்றாகச் சலித்து கொஞ்சம் டேபிள் சால்ட் கலந்து வைத்தால் வண்டு வராமல் இருக்கும்.

-சாவித்திரி நடராஜன்

ஒரு நாள் நல்ல ஜுரம் வந்தது. அப்போது, 'மாந்தம்' என்று சொல்கிற கணை வியாதி வந்து விட்டது. கை கால்கள் இழுத்துக் கொண்டு கண் உள்ளே போய் உடல் நீலமாக ஆகி, நாங்கள் பயந்து, டாக்டரை அழைத்து வந்தோம்.

அவனுக்கு வயிற்றில் 'மப்பு' சேர்ந்து சரியாக ஜீரணம் ஆகாமல் இருந்துவிட்டால் இந்த 'இழுப்பு' வந்து கொண்டே தான் இருக்கும். அதனால் அவனுக்கு ஆகாரம் கணக்குப்படி கொடுக்க வேண்டும் என்றார். அவன் பசிக்கு ஈடு கொடுக்க முடியாமல் தவித்தேன். அதற்காக அவன் தூங்கும்போது வீட்டு வேலைகளை முடித்து விட்டு அவனைத் தூக்கிக் கொண்டு பக்கத்துத் தெருவில் இருக்கும் 'பார்க்'கில் போய் விளையாட்டுக் காட்டிப் பொழுதைக் கழிப்பேன்.

வீட்டில் இருந்தால், மாமியார், நாத்தனார், மைத்துனர் யாவரும் தோசை, இட்லி, வாழைப்பழம் பிஸ்கட் என்று எதையாவது கொடுத்து விடுவார்கள். உடனே அவனுக்கு வலிப்பு வந்து விடும். அவர்களின் கோபங்களையும் பேச்சுக்களையும் தாங்கிக்கொண்டேன்.

நண்பர்கள் யாராவது வந்தால் எதாவது தின்பதற்குக் கொடுத்து விடுவார்கள். குழந்தை பறந்து கொண்டு வாங்கித் தின்று விடுவான். நான் ஓடிச் சென்று அதை வாங்கி விடுவேன். நண்பர்கள் வீடுகளுக்குச் செல்வதையும் நிறுத்தி விட்டேன். இதனால் பலரது விரோதத்தையும் ஏற்றுக் கொண்டேன். அப்படியும் பலமுறை அவனுக்கு அது வந்து விட்டது. எப்பவும் ஏதாவது சாப்பிட வேண்டும் என்று அழுவதால் நான் வீட்டில் அதிகம் தங்காமல் வெளியிலேயே சுற்றினேன். இதனால் என் கணவரின் வெறுப்புக்கும் ஆளானேன். டாக்டரும் இந்த நிலைமைக்கு வழி ஒன்றும் சொல்லத் தெரியாமல் விழித்தார். எனக்கு என் குழந்தையின் உயிர் தான் முக்கியமாகப் பட்டது.

எப்படியோ பிழைத்து எழுந்து இப்போது வளர்ந்து விட்டான். சிறு வயதில் அவனோடு பாடுபட்டு, அவன் பசியை மறக்கடிக்க வீட்டில் உள்ளவர்களிடம் வேண்டாத பேச்சையெல்லாம் கேட்டுக் கொண்டு ஒவ்வொரு நாளும் ஒவ்வொரு இடமாக தோளில் சுமந்து கொண்டு போய் அலைந்து விட்டுச் சோர்ந்து வீட்டுக்கு வந்து வீட்டு வேலைகளையும் பார்த்துக் கொண்டு மிகவும் துன்பம் அடைந்தேன். எப்படியோ சமாளித்து மகனை ஆளாக்கி விட்டேன்.

திருமதி காமாட்சி,
புதுக்கோட்டை

The following particulars regarding the ownership of 'MANGAYAR MALAR' the Tamil monthly newspaper, are published, as called for by Rule 8 of the Registration of Newspapers (Central) Rules 1956.

FORM IV

1. *Place of Publication*: Madras
2. *Periodicity of Publication*: Monthly
3. *Name of Printer*: V. Murali
   Nationality: Indian
   Address: AA-117, Shanthi Colony
   Anna Nagar
   Madras-600 040
4. *Name of Publisher*: V. Murali
   Nationality: Indian
   Address: AA-117, Shanthi Colony
   Anna Nagar
   Madras-600 040
5. *Name of Editor*: V. Murali
   Nationality: Indian
   Address: AA-117 Shanthi Colony
   Anna Nagar
   Madras-600 040
6. *Names and addresses of individuals who own the newspaper and partners or shareholders holding more than one per cent of the total capital*: Bharathan Publications Private Limited (Lessees) 84/1-C, Race Course Road, Guindy, Madras-600 032

V. Murali
Publisher

1-3-1983

இம்மாத இல்லத்தரசி



முதல் பரிசு: **எவர்சில்வர் தவலை**

எலுமிச்சம் பழம் பச்சை மிளகாய் தொக்கு

தேவையான பொருட்கள் :

எலுமிச்சம்பழம் 10 முதல் 12 வரை

பச்சை மிளகாய் 100 கிராம்

நல்லெண்ணெய் 100 மி. லி.

பெருங்காயம் சிறு கட்டி

உப்பு தேவையான அளவு

மஞ்சள் பொடி கால் டீஸ்பூன்

கடுகு ஒரு டீஸ்பூன்

செய்முறை:

எலுமிச்சம்பழங்களைச் சுத்தமாகக் கழுவித் துடைத்துக் கொள்ளவும். ஒவ்வொரு பழத்தையும் நான்கு துண்டங்களாக்கி நறுக்கிக் கொட்டையை அகற்றி விடவும். பிறகு ஒரு பிடி உப்பைப் போட்டு மஞ்சள் பொடியையும் இரண்டு நாட்கள் ஊறவைக்கவும். நன்கு ஊறிய எலுமிச்சம் பழம் கைக்கு மிகவும் மிருதுவாக ஆகிவிடும்.

இரண்டு நாட்கள் கழித்து வாணலியில் சிறிதளவு எண்ணெய் விட்டு அதில் 100 கிராம் பச்சை மிளகாயையும் நன்கு வதக்கிக்கொள்ளவும். வதங்கிய பச்சை மிளகாயுடன் மீதியுள்ள உப்பையும், பெருங்காயத்தையும் போட்டு மிக்சியிலோ கல்லுரலிலோ நன்கு அரைக்கவும். மிளகாய் மசிந்த பின் அத்துடன் ஊறிய எலுமிச்சம் பழங்களையும் சேர்த்து நைஸாக அரைத்து எடுத்துக்கொள்ளவும்.

வாணலியில் மீதமுள்ள எண்ணெயை விட்டு ஒரு டீஸ்பூன் கடுகைத் தாளித்த பின் அரைத்த விழுதை அதில் சேர்த்து நன்கு கிளறவும். அடுப்பை மெதுவாக எரிய விட்டு அடிப் பிடிக்காமல் கிளறி நன்கு சுருண்டு வந்த பின் இறக்கவும்.

இது சப்பாத்தி, பூரி, இட்லி, தோசை முதலியவற்றுடன் சேர்த்துச் சாப்பிட மிகவும் சுவையாக இருக்கும்.

சித்ரா ராஜகோபாலன்
பம்பாய்-89



இரண்டாம் பரிசு: எவர்சில்வர் தூக்கு

தித்திப்பு எலுமிச்சம்பழ ஊறுகாய்

தேவையான பொருட்கள் :

எலுமிச்சம்பழம் 25

பிஞ்சு பச்சை மிளகாய் ஒரு படிக்குக் கொஞ்சம் அதிகம்.

இளசு இஞ்சி 50 கிராம்

வெல்லம் 350 கிராம்

உப்பு ஒன்றரை ஆழாக்கு

மிளகாய்ப் பொடி அரை ஆழாக்கு

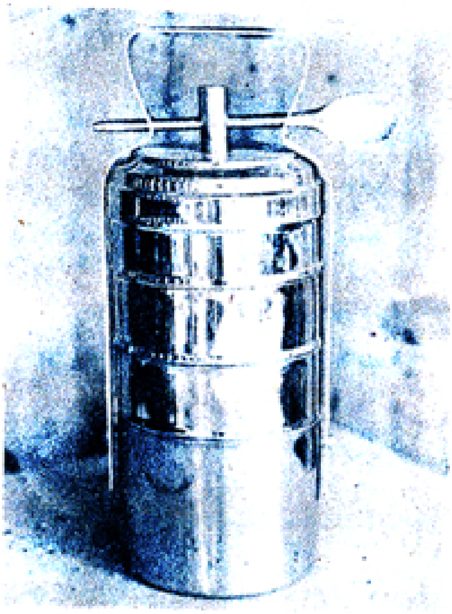
மஞ்சள் பொடி ஒரு ஸ்பூன்

பெருங்காயம் தேவையான அளவு (தூள் பண்ணிக் கொள்ளவும்)

செய்முறை:

எலுமிச்சம்பழங்களைச் சிறிய துண்டுகளாக நறுக்கி உப்புப் போட்டுக் கலந்து வைக்கவும். மறுநாள் பச்சை மிளகாய் ஒவ்வொன்றையும் சுமாராக மூன்றாக நறுக்கிக் கொண்டு இஞ்சியையும் பொடியாக நறுக்கிப் போட்டு வெல்லத்தை நன்கு தட்டிப் போட்டு, பாக்கிப் பொடியையும் போட்டு கலந்து நான்கு நாள் ஊறவைக்கவும். பின் மெல்லிய துணியால் பாத்திரத்தை மூடி, தினமும் கிளறிவிட்டு, ஒரு வாரம் வெயிலில் வைத்து எடுக்கவும். அதிக நாள் வைத்திருக்கக்கூடிய எண்ணெய் இல்லாத சிக்கனமான ஊறுகாய் இது.

வி. ரூபி
மயிலாப்பூர், சென்னை-4



மூன்றாம் பரிசு: டிபன் காரியர்

கோளா கிச்சடி

உருண்டைகள் செய்யத் தேவையான பொருட்கள்:

உருளைக் கிழங்கு முக்கால் கிலோ

கடலை மாவு கால் படி

மிளகாய்த் தூள் 10 கிராம்

மஞ்சள் தூள் சிறிதளவு

எண்ணெய் கால் கிலோ

கிச்சடி செய்யத் தேவையானவை:

இஞ்சி 50 கிராம்

எலுமிச்சம்பழம் 10

சிறிய வெங்காயம் கால் கிலோ

பச்சை மிளகாய் 50 கிராம்

பூண்டு 6, 7 பற்கள்

முந்திரிப் பருப்பு 10

மஞ்சள் தூள் ஒரு சிட்டிகை

மிளகாய்த் தூள் ஒரு ஸ்பூன்

உப்பு தேவைக்கேற்ப

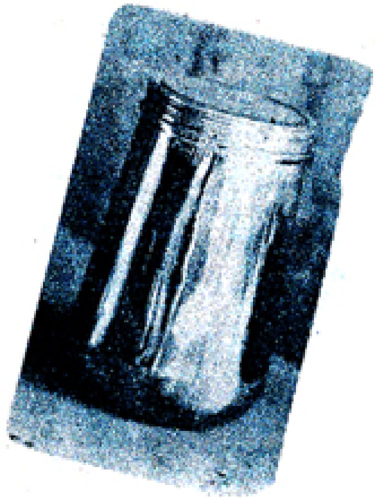
கடுகு சிறிதளவு

தண்ணீர் கால் படி

டால்டா அல்லது வேறு எண்ணெய்—தாளிப்பதற்கு.

பச்சரிசிச் சாதம் ஒரு படி

கரம் மசாலாத் தூள் ஒரு ஸ்பூன்



செய்முறை:

உருளைக் கிழங்கை வேகவைத்து தோலுரித்துக் கட்டியின்றி தூள் செய்து கொள்ளவும் கடலை மாவு, பச்சைமிளகாய், மஞ்சள் தூள், இவற்றை உருளைக் கிழங்கு தூளுடன் சேர்த்துப் பிசைந்து கண்டைக்காய் அளவு சிறு உருண்டைகளாக உருட்டி வைத்துக் கொள்ளவும். வாணலியை அடுப்பில் வைத்து எண்ணெயோ அல்லது டால்டாவோ ஊற்றி காய்ந்த பின் செய்து வைத்துள்ள உருண்டைகளைப் பொன்னிறமாக வறுத்தெடுத்துக் கொள்ளவும்.

வெங்காயத்தை உரித்து நைஸாக நறுக்கிக் கொள்ளவும். பச்சை மிளகாய், இஞ்சி இவைகளையும் பொடியாக நறுக்கிக் கொள்ளவும். எலுமிச்சம்பழங்களைப் பிழிந்து சாறெடுத்துக் கொள்ளவும். அடுப்பில் வாணலியை வைத்து தாளிக்க எண்ணெயோ டால்டாவோ ஊற்றிக் கடுகு போட்டு வெடித்ததும் அரிந்த வெங்காயம், இஞ்சி, பச்சை மிளகாய், பூண்டு, பொடியாக்கப்பட்ட முந்திரிப் பருப்பு இவைகளையும் அதில் போட்டு வதக்கிய பின் எலுமிச்சம் பழச் சாற்றை அதனுடன் கலக்கவும். இதனுடன் மஞ்சள் தூள், மிளகாய்த் தூள், கரம் மசாலாத் தூள், உப்பு சேர்த்து கால் படி நீரை ஊற்றி நன்கு கொதித்ததும் இறக்கி உருண்டைகளை சாதம் இவற்றுடன் நன்கு கலந்து சாப்பிட்டால், சுவையாக இருக்கும்.

கலாராணி பாலசுப்பிரமணியம்

திருவாரூர்

ஆறுதல் பரிசு: டால்டா டப்பா

எலுமிச்சம்பழ ரஸவாங்கி

தேவையான பொருட்கள்:

எலுமிச்சம்பழம் 3

புளி ஒரு சிறிய எலுமிச்சம்பழ அளவு

பச்சை மிளகாய் 4

உளுத்தம்பருப்பு 5 டீஸ்பூன்

கடலைப்பருப்பு ஒரு டீஸ்பூன்

தனியா ஒரு டீஸ்பூன்

வெந்தயம் முக்கால் டீஸ்பூன்

மிளகாய் 10

காயம் சிறிது.

சமையல் எண்ணெய் 50 மி. லி.

மஞ்சள் தூள் ஒரு சிட்டிகை.

கடுகு அரை டீஸ்பூன்

அரிசி மாவு ஒரு டீஸ்பூன்

செய்முறை:

எலுமிச்சம்பழங்களைக் கழுவி துண்டங்களாக நறுக்கவும். பச்சை மிளகாயை நீள

வாக்கில் நறுக்கவும். கனிம்பேருத (இண்டா லியம் அல்லது கல்கத்தா) வாணலியில் சிறிது எண்ணெய் விட்டு மசாலா சாமான்களை வறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். அதே வாண லியில் மீதியுள்ள எண்ணெயை ஊற்றி காய்ந்ததும் கடுகைப் போட்டு தாளித்ததும் எலுமிச்சம்பழத் துண்டுகளையும், மிளகாயை யும் போட்டு வதக்கவும். நன்கு வதங்கிய தும் புளியைக் கரைத்து ஊற்றவும். வறுத்த மசாலா சாமான்களைப் பொடி செய்து போட வும். தேவையான அளவு உப்புப் போட்டு ஒரு சிட்டிகை மஞ்சள் தூள் போட்டு, கொதித்ததும் ஒரு டீஸ்பூன் அளவு அரிசி மாவைக் கரைத்து விடவும். சிறிது வெல்லம் போட்டு, நன்கு கொதித்ததும், சிறிது கரு வேப்பிலை, கொத்தமல்லித் தழை போட்டு, இறக்கவும்.

இதைச் சாதத்துடன் கலந்து சாப்பிட மிகவும் சுவையாக இருக்கும். 2, 3 நாட் களுக்குக் கெடாமல் இருக்கும்.

ஜெயா வேணுகோபால்,
சிதம்பரம்



ஆறுதல் பரிசு: டால்டா டப்பா

ஜம்பீர பானகம் அல்லது ஜாம்பிரசம்

தேவையான பொருட்கள்:

எலுமிச்சை, இஞ்சி மற்றும் சர்க்கரை.

செய்முறை:

எலுமிச்சை ரசம் இரண்டு பங்கும், இஞ்சி ரசம் ஒரு பங்கும், சர்க்கரை மூன்று பங்கும் எடுத்துக்கொள்ள வேண்டும்.

முதலில் இஞ்சியை நன்கு தட்டி அதன் ரசத்தை எடுத்துக் கொள்ள வேண்டும். இஞ்சி ரசத்தை நன்கு தெளிய விட்டு, அதன் அடியில் தேங்கி நிற்கும் சுண்ணாம்பு போன்ற கலவையை நீக்கிவிட்டு, தெளிந்திருக்கும் ரசத் துடன் எலுமிச்சைச் சாற்றையும், சர்க்கரை யையும் கலந்து அடுப்பில் வைக்க வேண்டும். இது பாலினைப் போல் பொங்கும் இயல்புடை யதால் கொதிக்க வைக்கும் பாத்திரம் உயர மானதாக இருப்பது நலம். பொங்கும்வரை அடிக்கடி கிளற வேண்டும். ரசம் தேனின் நிறமும், அந்தளவு கெட்டியும் கண்டவுடன் அடுப்பிலிருந்து இறக்கிவிட வேண்டும். பின்பு அது நன்கு ஆறிக் குளிர்ந்தவுடன் எடுத்து பாட்டில்களில் ஊற்றிப் பக்குவப்படுத்திக்-கொள்ள வேண்டும். மிகச் சரியான முறையில் பக்குவப்படுத்தப்பட்ட இந்த பானகம் குறைந் தது நான்கைந்து வருடமாயினும் அதன் சுவையும் மணமும் கெடாது என்றும் இனி தாகவே இருக்கும்.

உபயோகம்:

இந்த ஜம்பீர பானகமானது மருத்துவ ரீதியில் உயர்ந்த ஓர் கம்பீர ஔஷதமாகும். அஜீரணம், பசியின்மை, வயிற்றுப் போக்கு வயிற்றில் புரட்டல், போன்றவற்றைக் கண் டிக்கும் ஒரு கைகண்ட மருந்து. அளவான சூட்டுடன் அரை டம்ளர் நீரில் ஒரு ஸ்பூன் ஜாம்பிரசம் குடித்தால் மேற்கூறிய உபா தைகள் நீங்கி உடம்புக்குப் புத்துணர்வு கிட்டும்.

சுபத்ரா ராமதாஸ்,
அண்ணாமலை

ஆயுளுக்கு வேதம்

DR. பி. வைத்தியநாதன்

அண்டத்தில் அமைந்துள்ள சந்திரன், சூரியன், காற்று இவற்றின் அடிப்படையில், பிண்டத்திலும் முறையே கப, பித்த வாதங்கள் அடைந்துள்ளதாக ஆயுர்வேதம் குறிப்பிடக் கண்டோம். எனவே, சந்திரன், சூரியன், காற்று, இவற்றின் இயல்புகளை மனதில் கொண்டாலே, கப, பித்த, வாதங்களின் இயல்பான இயல்புகளையும் நாம் ஓரளவு புரிந்துகொள்ளலாம்.

ஆயுர்வேதம் இவற்றின் இயல்புகளையும், சீரான நிலையில் இவை ஆற்றும் பணிகளையும் இவைகள் சீர்குலையக் காரணங்களையும், அவ்விதம் சீர்கெட்டுத் தரம் குன்றிச் செயல்படுவதைக் கண்டறியத் தகுந்த அறிகுறிகளையும், சீராக்கும் வழி முறைகளையும் மிகமிக விளக்கமாகக் கூறுகிறது. இவற்றுள் வாதத்தைக் குறித்த விளக்கத்தை முதற்கண் காணலாம்.

வாதத்தின் இயற்கை இயல்பு

வறண்டு இருப்பது, இலேசாக இருப்பது, குளிர்ந்து இருப்பது, சொர சொரப்பாக இருப்பது, மிக மிக நுண்ணிய இடைவெளிகளிலும் புகுந்து செல்லும் தன்மை கொண்டிருப்பது என்பன வாதத்தின் இயல்பான குணங்கள். இந்த இயல்புகளுக்கு நேர் மாறான கபம் வரம்பு மீறிச் செயல்பட்டுச் சமநிலையைக் கெடுப்பதை வாதத்தின் இந்த இயல்புகள் தடுக்கின்றன. எனவே வாதமும் ஆரோக்கியத்தைப் பாதுகாக்க உதவும் அளவில் விரும்பத் தக்கதுதான்.

வாதத்தின் பொதுவான நற்பணிகள்

இவ்விதம் தரம் குன்றாத வாதம் சம நிலையில் நின்று புத்துணர்ச்சி, மூச்சு விட்டு இழுத்தல், உடலுறுப்புக்களின் பற்பல இயக்கங்கள், இயற்கை உந்தல்களை வெளியேற்றுவது, உண்ட உணவுப் பொருட்கள் தாதுப் பொருட்களாகவும், மலப் பொருட்களாகவும் மாறி, வளர்ச்சிப் பணி தொடர்வது, புலன்கள் சுறுசுறுப்புடன் இயங்குவது ஆகியவற்றிற்குப் பெரும் பொறுப்பாளி ஆகிறது.

வாதத்தின் முக்கியமான இருப்பிடங்கள்

பக்வாசயம், (பக்குவமான உணவு தங்குமிடம்) இடுப்பு, தொடை, காது, எலும்புகள் தோல் என்ற உடலுறுப்புக்கள்.

ஐந்துவகை வாதங்கள்

தனிப்பட்ட உடலுறுப்புக்களை இயக்கும் முறையைக் கொண்டு இந்த வாதம் பிராணன் அபானன், வியானன், உதானன், ஸமானன் என்று ஐந்து பாகமாகப் பிரிக்கப்படுகிறது.

பிராணன்

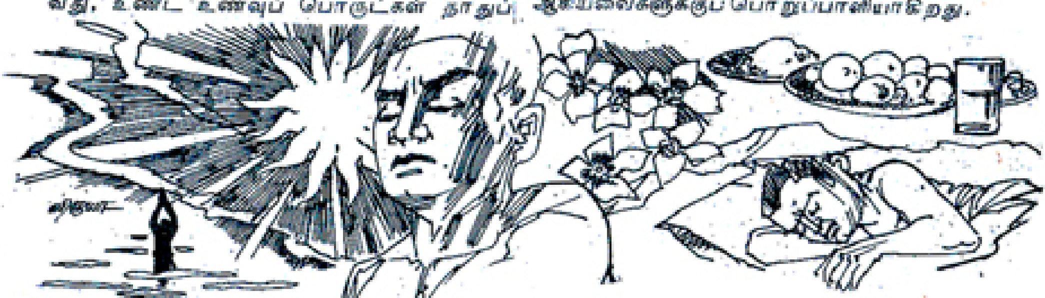
தலையை மூலஸ்தானமாகக் கொண்டு கழுத்திலும், மார்பிலும் நடை போடுகிறது மனம், புத்தி, இதயம், ஐம்புலன்கள் ஆகியவை செவ்வனே இயங்கவும், ஏப்பம், தும்மல், காரி உமிழ்தல், மூச்சு விடுதல், விழுங்குதல் ஆகியவை நிகழவும் காரணமாகிறது.

அபானன்

உடலின் கீழ்ப்பாகமாக மத்தியில் இருக்கை கொண்டு, புட்டம், சிறுநீரகம், ஜனன உறுப்புகள், தொடை ஆகியவற்றைத் தன் செயல்களுக்கு எல்லையாகக் கொண்டுள்ளது. எனவே மக்கட் பேறுக்கு இன்றியமையாத ஆண்களின் சுக்லம், பெண்களின் ஆர்த்தவம் ஆகியவையும் வளர்ந்த கர்ப்பமும் வெளியேற உதவுகிறது. மலம், சிறுநீர், மாதவிடாய் ஆகியவை கழிவதும் இதனால்தான்.

உதானன்

மார்பகத்தே நிலைகொண்டு நாசிகைகள், தொண்டை, தொப்புள், ஆகியவற்றில் சஞ்சரிக்கிறது. ஞாபகசக்தி, பலம், நல்ல நிறம், ஆகியவைகளுக்குப் பொறுப்பாளியாகிறது.



வியானன்

இதயத்தில் குடிகொண்டு உடல் முழுவதும் பரவுகிறது. மிக மிக வேகம் வாய்ந்தது. இமைத்தல், நடத்தல், வீசியோ, தூக்கியோ எறிதல் போன்ற எல்லா இயக்கங்களும் இதனால் நடைபெறுகின்றன.

ஸமானன்

உணவுப் பொருட்களை ஜீரணிக்க இன்றியமையாத ''அக்னி''யின் சமீபத்தில் அமைந்துள்ளது. கோஷ்டம் என்ற வயிற்றின் நாற்புறங்களிலும் இயங்கி, உணவுப் பொருட்களை ஏற்று, பக்குவம் செய்து, ஸாரம், மலம் எனப் பாகுபடுத்திப் பிரித்து வெவ்வேறு இடங்களுக்கு அனுப்பி உதவி புரிகிறது.

லோ வல்டேஜ், ஹை வல்டேஜ் என மின்சார விஷயத்தில் குறிப்பிடுவது போன்று அவரவர் உபயோகப்படுத்தும் உணவு முறைகளாலும், பழக்க வழக்கங்களாலும் மேற்வாதமும் அதிகரிக்கவோ குறையவோ இடமுண்டு. வாதத்தின் இயற்கை இயல்புகளுக்கு ஒப்பான இயல்புகள் படைத்த உணவு முறைகளும் நடத்தைகளும் வாதத்தின் இயற்கை இயல்புகளைப் பெருக்கித் தூண்டிவிட்டு அதை அதிகரிக்கச் செய்யும். நேர்மாறான இயல்புகள் படைத்தவை வாதம் குறையக் காரணமாகின்றன. இப்பொழுது வாதம் அதிகரிக்கக் காரணமான உணவு வகைகளையும் நடத்தைகளையும் பார்ப்போம்.

வாதம் அதிகரிக்கக் காரணங்கள்

துவர்ப்பு, கசப்பு, காரம் என்ற சுவைகள் மிகுந்ததும், அளவில் மிகக் குறைந்ததும், எண்ணெய்ப் பசையற்று வறண்டதுமான உணவு வகைகள்; காலம் கடந்து உண்பது; இயற்கை உந்துதல்களை அடக்குவது அல்லது உந்துதல்களின் தூண்டுதல் இல்லாதபோது பலவந்தமாக அவற்றை வெளியேற்ற முயல்வது இரவில் கண் விழிப்பது; மிக உரக்கப் பேசுவது, கழிவை வெளியேற்றக் கைக்கொள்ளப்படும் வாந்தி, பேதி, எனிமா போன்ற முறைகளை அளவுக்கு மீறிப் பயன்படுத்தி அதிகமாக வாந்தியோ, பேதியோ ஆகியுள்ள நிலை; கிலி பிடித்தாற்போலப் பயந்து நடுங்குவது; வருத்தத்திற்கும் கவலைகளுக்கும் ஆளாகியிருப்பது; தன் சக்திக்கு மீறி உடற் பயிற்சி செய்வது; அதிகமான புணர்வு ஆகியவை வாதம் அதிகரிக்க ஏதுவாகின்றன.

மேலும் வெய்யில் அதிகமாகக் காயும் கடுங் கோடைக் காலத்திலும் ஒவ்வொரு கிழமையின் பகலும், இரவும் முடியும் சமயங்களிலும் உணவு நன்கு ஜீரணமாகி வயிறு காலியான நிலையிலும் வயதோகப் பருவத்திலும் இயற்கையாகவே வாதம் சற்று அதிகரித்து வரம்புக்கு மீறி இருக்கும்.

இந்த நிலைகளை நன்கு மனத்தில் கொண்டு நாம் உட்கொள்ளும் உணவு வகைகளையும் நடவடிக்கைகளையும் சீரான முறையில் கைக்கொண்டு வாதத்தைச் சமமான நிலையில் நின்று மீறாது இருக்கும் வண்ணம் பார்த்துக்கொள்ள வேண்டும்.

வாதம் தோற்றுவிக்கும் அறிகுறிகள்

கீழ்க்கண்டவாறு வரம்பு மீறி பல பாகங்களில் விதவிதமான அறிகுறிகளை வாதம் தோற்றுவிக்கிறது.

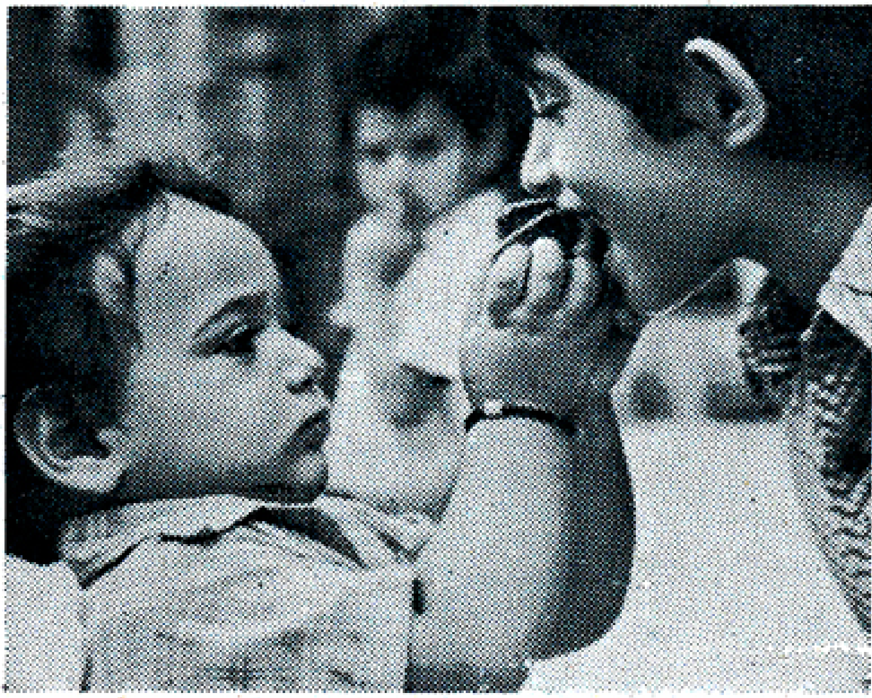
பூட்டுகளும், மூட்டுகளும் தளர்வது, உறுப்புகள் வெட்டி வெட்டி இழுப்பது; மரத்துப் போவது, வேலை செய்யத் திறன் அற்றிருப்பது, இடிப்பது போன்றோ, குத்துவது போன்றோ, பிழிவது போன்றோ குடைவது போன்றோ தொடர்ந்தோ, விட்டு விட்டோ வலிப்பது, உடம்பை முறித்துக்கொள்வது, அவயவங்கள் கூசுவது, சுருங்குவது, துடிப்பது, மலம் புழுக்கை போல் உருண்டு வறண்டு காணப்படுவது, உடலிலும் ஆங்காங்கு முடிச்சுக்கள் தோன்றுவது, வரட்சி, சொர சொரப்பு, அதிகமான தண்ணீர் வேட்கை; உடல் நடுக்கம், விதிர்ப்பு, இளைத்தல், கருத்தல், சூடானவைகள்பால் விருப்பம், தூக்கமின்மை, புலம்புதல், தலை சுற்றல், புலன்கள் தம் தம் பணிகளைச் செய்ய முடியாதபடி தளர்வது.

வாத உடற்கூறு – வாதப் பிரகிருதி

புணர்ச்சிக் காலத்தில் பெற்றோர்களின் உடற்கூற்றில் ஓங்கி நின்ற வாத பித்த, கபங்களின் இயக்கம் சேயின் உடலமைப்பையும் பாதிக்கிறது. இவ்விதம் கருவாக உருவாகும் தருணம் முதலே நாம் வாத பித்த கபங்களின் ஆட்சிக்கு உட்படுகிறோம். இவ்விதம் வாதம் ஓங்கி நின்று அமைந்த உடலமைப்பை வாதப் பிரகிருதி அல்லது வாத உடற்கூறு என்கிறது ஆயுர்வேதம். அப்படிப்பட்ட வாதப் பிரகிருதியின் நடை உடை பாவனைகள் பின்வருமாறு:

தோலும் கேசமும் வெடித்தும், அழுக்குப் படிந்தாற்போலும் காணப்படும். குளிர்ச்சியை விரும்பார்; மனம், புத்தி, ஞாபக சக்தி, செய்கைகள் நட்பு கணிகள், நடை ஆகியவை ஓர் நிலையற்றுச் சஞ்சலமாகக் காணப்படும்; கண்கள் வறட்சியுற்று அழுக்குப் படிந்தாற்போலும், வட்டமாகவும், கவர்ச்சியின்றியும், உயிரற்றது போலும் இருக்கும். தூங்கும்போது இமைகள் திறந்து இருக்கும்; தூக்கமும் பலமும் மிகக் குறைந்து காணப்படும்; மெலிந்து, உயரமாகக் காணப்படுவர்; நடக்கும்போது சுடக்குப் போடுவார்கள்.

பிரிட்டானியா பால் பிஸ்கட்



வளரும் குழந்தைகளுக்கு சுவையான துணை



சத்துமிகுந்த,
சுவையான
பிரிட்டானியா
மில்க் பிக்கிஸ்

லின்டாஸ் BBC.MB-3-172-TM

மிகைப்படுத்தியும், அதிகமாகவும் வேடிக்கையாகவும் பேசுவார்கள், பேச்சும் திக்கித் திக்கியோ, விட்டு விட்டோ, நிலையற்றோ கட்டுக்கோப்பற்றோ பிசிறுடனோ இருக்கலாம் பாட்டு, கேளிக்கைகள், வேட்டையாடுதல், சூதாட்டம் போன்றவற்றில் பற்றுள்ளவர்களாக இருக்கலாம்; இனிப்பு, புளிப்பு, உப்பு ஆகிய சுவைகளுள்ளதும், சூடானதுமான உணவுகளை விரும்புவார்கள். இவை அவர்களுக்கு ஒத்துக்கொள்ளும்; புலன்களைக் கட்டுக்குள் வைத்திருக்க மாட்டார்கள்; பிடித்த பிடியில் ஊன்றி நிற்க மாட்டார்கள்; இவர்களுக்கு மக்கட் பேறும் மிகக் குறைந்திருக்கும். இல்லாள் இவர்கள்பால் அதிகமான பற்றுள்ளவளாக இருக்க மாட்டாள். பொருளாதார வசதியும், ஆயுசும் கூட குறைவாக இருக்கலாம்; பொறுமையும் திருடும் இயல்பும் இருக்கலாம்; கனவில் ஆகாயத்தில் சஞ்சரிப்பார்கள். மலைகளையும் மரங்களையும் காண்பார்கள்; நாய் நரி, ஒட்டகம், கழுகு, எலி, காக்கை இவற்றின் இயல்புகளையும் தன்மைகளையும் தன்னிலிடத்தே கொண்டு காணப்படலாம்.

மேலே கூறப்பட்ட விளக்கங்களும் இனிக் கூறப்படவிருப்பவைகளும் ஒரு விதமான பிரகிருதி நபர்களைக் குறை கூறவோ அல்லது மற்றொன்றைப் புகழவோ ஏற்பட்டதல்ல. இயற்கை அன்னையின் திருவுள்ளம் அவ்விதமான உடற்கூறு அமைய எண்ணி அவ்விதம் அமைந்திருந்தால் அதை நாம் நன்கு புரிந்து கொண்டு அந்த அந்த உடற்கூற்றின் இயற்கையான குறைபாடுகள் நமக்கு அதிகமான கெடுதிகளைத் தோற்றுவிக்காது நாம் சமாளிக்கக் கூறிய உபாயமாகும்.

கபத்தின் இயற்கை இயல்புகள்

வரண்டிராது நொய்ப்புத் தன்மையும், எண்ணெய்ப் பசையும் கொண்டது. குளிர்ந்தது, பளுவானது, தாமதித்துச் செயல்படுவது, தீக்ஷண்யம் என்ற கூரிய தன்மையற்றது, ஒட்டிக்கொள்ளும், ஊஷிக்கொள்ளும் தன்மையுடையது, சஞ்சலமற்று நிலையாக இருப்பது ஆகியவை கபத்தின் இயற்கை இயல்புகள். இவைகளை நேர்மாறான இயல்புகளைக் கொண்ட வாதத்தின் சீற்றத்தைத் தடுத்து நிறுத்தி ஆரோக்கியத்தைக் காக்க உதவுகின்றன.

கபத்தின் பொதுவான நற்பணிகள்

மனம், புத்தி, உடலுறுப்புகள் இவற்றின் இயக்கங்களில் சீரான ஒரு ஸ்திரத் தன்மையையும், உடலுறுப்புகளுக்கு வரட்சியைப் போக்கி நொய்ப்புத் தன்மையையும், கட்டு உடையாத மேன்மையும், பெருமையையும் சகிப்புத் தன்மையையும் அளித்து உதவுகிறது.

கபத்தின் முக்கியமான இருப்பிடங்கள்

மார்பு, கழுத்து, தலை, பூட்டுகள், ஆமாசயம் (உண்ட உணவு நன்கு பக்குவமாவதற்கு முன் தங்குமிடம்), உண்ட உணவின் ரஸம், கொழுப்பு, மூக்கு, நாக்கு என்ற உறுப்புகள் கபத்தின் இருப்பிடம்.

ஐந்து வகையான கபம்

முன் குறிப்பிட்ட வாதத்தைப் போல கபமும் அவலம்பகம், கிலேதகம், போதகம், தர்ப்பகம், ஸ்லேஷகம் என ஐந்து வகையாகப் பிரிக்கப்பட்டுள்ளது.

அவலம்பகம்

அவலம்பகம், என்றால் கை கொடுத்து நிறுத்துவது எனப் பொருள். மார்பில் நிலை கொண்ட இந்த அவலம்பகம் முதுகெலும்பின் அடிப் பாகத்திற்கும், இதயத்திற்கும் கபத்தின் இருப்பிடமான மற்ற உறுப்புகளுக்கும் பலம் கொடுத்து நிலைக்கச் செய்து உதவுகிறது.

கிலேதகம்

கிலேதகம் என்றால் நெகிழச் செய்தல் எனப்படும். ஆமாசயத்தில் அமைந்துள்ள கிலேதக கபம் உண்ட உணவுப் பொருட்களை உடைத்தும், நெகிழ்த்தியும் உதவுகிறது.

போதகம்

போதகம் என்றால் அறிவிப்பது. இது நாக்கில் நின்று அறு சுவைகளையும் அறிய உதவுகிறது.

தர்ப்பகம்

தர்ப்பகம் என்றால் இருப்தியை ஏற்படுத்துவது. தலையில் குடிகொண்ட தர்ப்பக கபம் புலன்களுக்குச் சரிவர இயங்க உதவி மன நிறைவை ஏற்படுத்துகிறது.

கபம் அதிகரிக்கக் காரணங்கள்

இனிப்பு, புளிப்பு, உப்பு என்ற சுவைகள் மிகுந்ததும், நொய்ப்புத் தன்மை அதிகமாக உடையதும், தாமதித்து ஜீரணிக்கும் தன்மை வாய்ந்ததும், அதிகமாகக் குளிர்ந்ததுமான உணவு வகைகள், உட்கார்ந்து கொண்டே இருப்பதிலும், தூங்கிக் கொண்டே இருப்பதிலும் ஒரு சுகம் காண்பது, பகலில் தூங்குவது, சரிவர ஜீரணிக்க விடாமல் மேலும் மேலும் உண்பது முதலியவற்றால் அந்த அஜீர்ண நிலையைத் தொடரச் செய்வது, வாந்தி, பேதி போன்ற கழிவுகளை நேரத்திற்கு வெளியேற்றாமல்இருப்பது முதலியவைகளால் கபம் அதிகரிக்கிறது.

ராசி பலன்

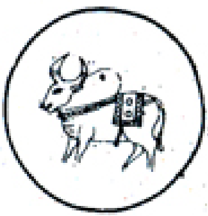
மார்ச்-83

அசுவினி 4 பரணி 4, கார்த்திகை 1கால் (மேஷம்)



பொதுவாக இம்மாதம் மத்தியிலிருந்து இறுதிவரை குடும்ப அமைதி, எதிரிகளின் பார்வையால் உடல் நலிவு மன மாற்றம் மனைவியினால் திரவிய, பொருள் நஷ்டமடைதல், எதிரிகளால் இடையூறு, கௌரவக் குறைவு, நண்பர்களின் உதவிக்காக இடையூறுகளில் சிக்கிக்கொள்ளுதல் முதலிய சூழ்நிலைகள் ஏற்படலாம். கலைஞர்களுக்குப் புதிய தோற்றங்கள், பட்டி மன்றங்களுக்குத் தலைமை தாங்குதல் போன்ற சுப நிகழ்ச்சிகளில் கலந்துகொள்ள வாய்ப்புண்டு. மாதர்களுக்குப் புதிய ஆடை, ஆபரணச் சேர்க்கையும், சங்கீதக் கலைஞர்களுக்குப் புதிய தோற்றங்கள், உற்சாகங்கள் மகிழ்ச்சி முதலியவை உண்டு.

***கார்த்திகை 3, ரோகிணி 4, மிருகசீரிஷம் 2ம் கால் (ரிஷபம்)**



பல காலமாக விட்டுப் போயிருந்த பந்து, நண்பர்களின் சேர்க்கை, குடும்பத்திற்காகப் பாடுபட்டு புழ் தேடிக்கொள்வது, மனை, பூமி வாங்குதல், புதிய உறவுகள், மனைவியால் வஸ்து, தன லாபங்களும், சகோதரனால் மகிழ்ச்சி எற்பட வாய்ப்புண்டு. உத்தியோகத்தில் உள்ளவர் எதிர்பாராத மகிழ்ச்சி, திடீர் தன சேர்க்கை உறவுகள் இவற்றை எதிர்பார்க்கலாம். வாகன லாபங்கள், சகோதரர்களின் திருமணத்திற்குப் பாடுபடுதல் போன்ற வாய்ப்பும், மாணவ, மாணவிகளுக்குப் புதிய தோற்றங்களும், ஆசிரியர்களின் ஆசி பெறும் வாய்ப்பும் உண்டு.

மிருகசீரிஷம் 2, திருவாதிரை 4, புனர்பூசம் 3ம் கால் (மிதுனம்)



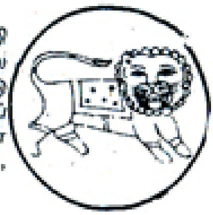
திருமணமாகாதவர்களுக்குத் திருமணம் பந்துக்களால் தடையாகும். வீண் வம்பு வழக்குகள், பெண்களிடம் தூஷணை, வழக்கறிஞர்கள், வாதத்தில் ஜெயமடைந்து பதவி உயர்வுகள், உடன் பிறந்தவர்களால் கௌரவமடைதல் நிச்சயம். உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு மேலதிகாரிகளின் ஆதரவு, பதவி உயர்வு, மகிழ்ச்சி உண்டாகும். நல்ல லாபங்களை வியாபாரிகள் எதிர்பார்க்கலாம். மாணவ மாணவிகளுக்கு பூரணமான தேர்ச்சிகள், முன்னேற்றமான பலன்கள் உண்டு.

புனர்பூசம் 1, பூசம் 4, ஆயில்யம் 4ம் கால் (கடகம்)



உங்களுடைய வாழ்க்கையில் மகிழ்ச்சி, எதிர்பாராத செதிகள் கேட்பது, உயர்வான பதவி அடைவது, முதலியவை ஒரு பெண்ணின் முயற்சியால் உண்டாகும். சகோதர சம்பந்தத்தால் மனச் சஞ்சலம் தரும் மாதம். உத்தியோகஸ்தர்களுக்குப் பல விதமான செதிகளால் மன மகிழ்ச்சி கிட்டும். வியாபாரிகளுக்குப் பிரயாணம் மூலம் தனலாபம் உண்டு. கலைஞர்களுக்கு ஜலப் பிரயாணங்கள், விவாதங்களில் வெற்றி நிச்சயம். மாதர்களுக்கு பணிகளில் உயர்வுகள், ஸ்தாபனங்களில் முக்கிய ஸ்தானம் கிடைத்தல், மக்களால் மகிழ்ச்சி யடைதல், புது மலர்ச்சிகள் ஏற்பட வாய்ப்புண்டு.

மகம் 4, பூரம் 4, உத்திரம் 1ம் கால் (சிம்மம்)



இந்த ராசிக்காரர்களுக்குப் பொன் ஆபரணங்கள், வாதத்தில் வெற்றி வாய்ப்புகள், மனைவியால் மகிழ்ச்சி, பிறருக்காக உழைப்பதால் அகால போஜனம், சுகாதார இடையூறுகள், வயிறு கோளாறு ஏற்பட வாய்ப்புண்டு உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு உயர்வுகளுக்குத் தடைகள் அதிகாரிகளால் நிர்ப்பந்தங்கள் அதிகம். வியாபாரிகளுக்குப் புத்தக பிரிண்ட்டிங் மூலம் தன லாபங்கள் உண்டு. மாதர்களுக்கு மகிழ்ச்சிகரமான செதிகளைக் கேட்டல், போட்டிகளில் வெற்றி பெறுதல் நிச்சயம்.

உத்திரம் 3, அஸ்தம் 4, சித்திரை 2ம் கால் (கன்னி)



பொதுவாக இம்மாதத்தில் கடுகடுப்பான வார்த்தைகளால் வீட்டில் மன சஞ்சலங்கள், பண முடக்கம், மனைவி வர்க்கத்தாரால் தூஷணைகள், கண்கள் சம்பந்தமான பிணிகள், காது, தலைவலி, உபாதைகளால் அவதிப்

— (எ. ராகவைய ஜோசியர்)

படுதல், முதலியவை ஏற்படலாம். உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு அலுவலகத்தில் அமைதிக் குறைவு, அலைச்சல், மனப் பீதிகள் ஏற்படலாம். மௌனம் நன்மை தரும். யந்திர வியாபாரிகள் உயர்வடைவார்கள். கலைஞர்களுக்கு அமைதியின்மை, ஆராய்ச்சிகள் ஒத்திவைப்பு இவைகள் உண்டு. மாணவ, மாணவிகளுக்கு மகிழ்ச்சிக் குறை, எச்சரிக்கை தேவை. மாதர்களுக்கு புத்துணர்ச்சிகள் குடும்ப வாழ்க்கை அமைதி, எண்ணங்கள் ஈடேறுதல் முதலியன தரும் மாதம்.

சித்திரை 2, சுவாதி 4, விசாகம் 3ம் கால் (துலாம்)



உங்களுடைய பிள்ளைகளின் மூலம் மகிழ்ச்சியான, பரவசமடையக்கூடிய நிகழ்ச்சிகள், செய்திகள், பந்துக்களின் மூலம் சுப செலவுகள், புது விதமான தோற்றங்களைக் காண்பீர்கள். உத்தியோகஸ்தர்கள் புதுவித மாற்றங்களைக் காணலாம். தானிய வியாபாரிகள் கூட்டு இல்லாமல் சுய முயற்சியால் லாபமடையலாம். கலைஞர்கள் புது விதமான தோற்றங்களும், மாணவ, மாணவிகள் மகிழ்ச்சியையும் காணலாம். மாதர்களுக்கு மனம் நிறைந்து காணக்கூடிய புது விதமான செய்திகளைக் கேட்டு ஆனந்தமடையும் சூழ்நிலை உண்டு.

விசாகம் 1, அனுஷம் 4, கேட்டை 4ம் கால் (விருச்சிகம்)



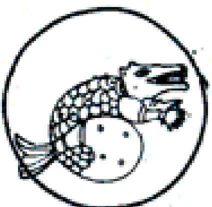
இம்மாதம் உங்கள் மக்களால் மகிழ்ச்சியும் பிடிவாதமும் மன வெறுப்பும், வார்த்தைகளால் எதிர்ப்பும் நேரிடும். உணவு விஷயத்தில் எச்சரிக்கை தேவை. உத்தியோகஸ்தர்களுக்குப் பல காலமாகத் தடைப்பட்ட பதவி உயர்வும் பிரமோஷனும் மனம் போல வாய்க்கும். வியாபாரிகள் காண்டிராக்ட் உயர்வுகள், மக்களால் உயர்ந்த ஸ்தானங்கள், வியாபார உயர்வுகளையும் எதிர்பார்க்கலாம்.

மூலம் 4, பூராடம் 4, உத்திராடம் 1ம் கால் (தனுசு)



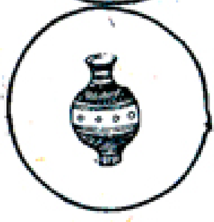
உங்கள் எண்ணம் போல் செயல்பட தடை, மனபீதி, பிறர்க்கு உதவி செய்தும் பயனில்லாமல் போகும். உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு உத்தியோக அமைதிக் குறைவு, இட மாற்றங்கள், அதிகாரிகளிடத்தில் மனக் கசப்பும் ஏற்படும். பலவிதமான முயற்சிகளில் தோல்வி, திடீர் நஷ்டங்கள், பெரிய கஷ்டம் முதலியன வியாபாரிகளுக்கும் ஏற்படலாம். கலைஞர்களுக்கு காரியத் தடைகள், மன அமைதிக் குறைவு உண்டாகும்.

உத்திராடம் 3, திருவோணம் 4, அவிட்டம் 2ம் கால் (மகரம்)



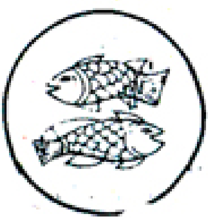
உங்களுக்கு மக்களால் விவகாரங்கள், வீண் முயற்சிகள், வழக்கறிஞர்களுக்கு விசேஷ உயர்வுகளும், பதவிகள் தாமதமாக வந்தடையும். உத்தியோகத்தில் உள்ளவர்கள் பதவி உயர்வுகள், பட்டங்கள் முதலியன எதிர்பார்க்கலாம். விவசாயக் கருவிகள், உரம் போன்றவற்றில் விசேஷ லாபங்களை விவசாயிகள் அடையலாம். கலைஞர்களுக்கு வெகுதூரப் பிரயாணங்களும், புதிய கலையில் ஆர்வங்களும் உண்டு.

அவிட்டம் 2, சதயம் 4, பூரட்டாதி 3ம் கால் (கும்பம்)

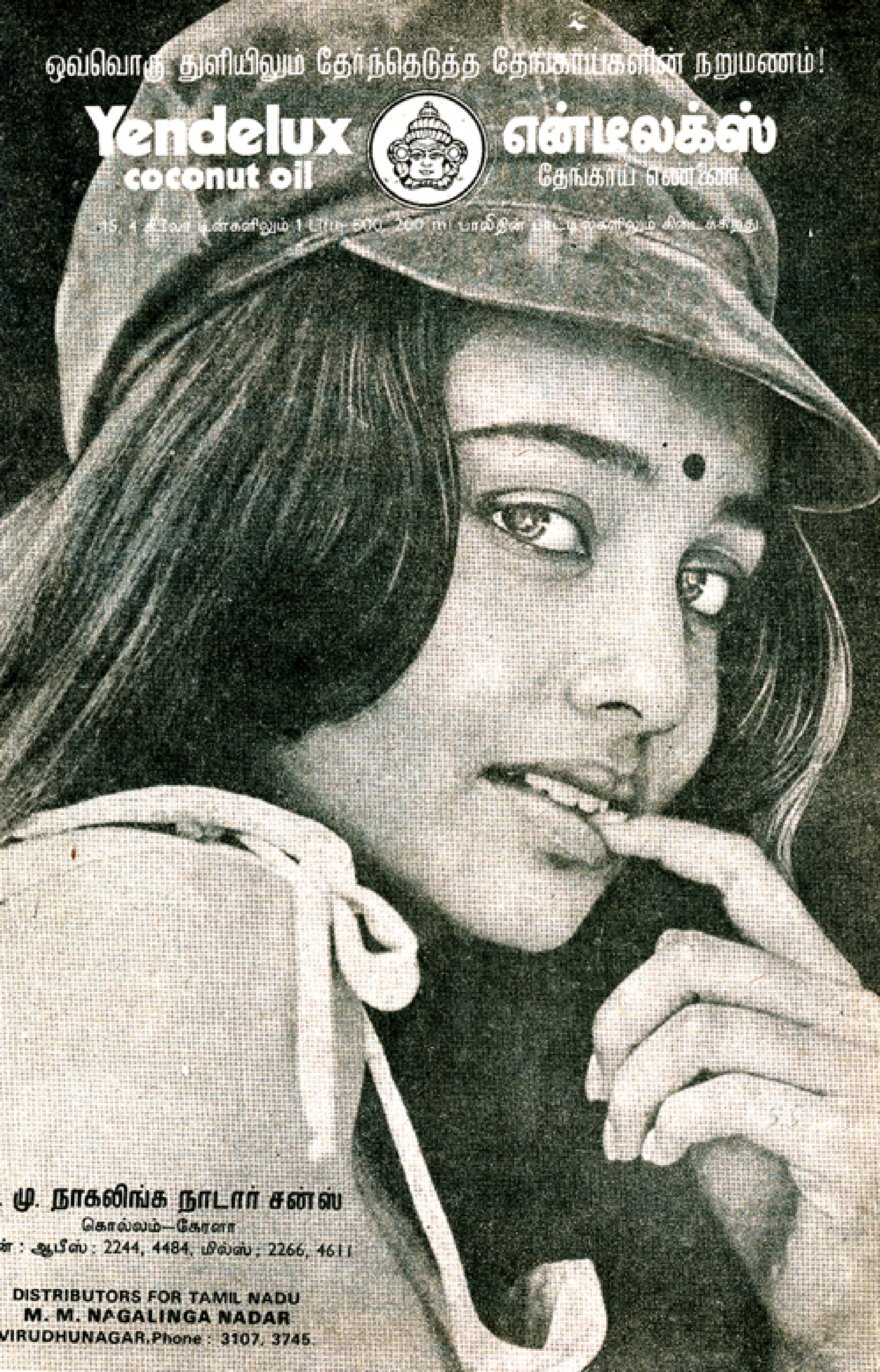


இம்மாதத்தில் எதிர்பாராத இடையூறுகள், மனக் கிலேசம், உடன் பிறந்தவனால் கௌரவ பங்கம், ஆயுதத்தால் இடையூறு, அதிகமான கோபம் வருவதும், அதனால் விளைவுகள் முதலியன ஏற்படும். பிரயாணத்தைத் தவிர்க்க. உத்தியோகஸ்தர்கள் வேலையில் அதிக உழைப்பு, அமைதியின்மை, மறைமுக எதிர்ப்பு, இடமாற்றம், முதலியன ஏற்பட வாய்ப்புள்ளதால் பொறுமையைக் கடைப்பிடிப்பது நல்லது.

பூரட்டாதி 1, உத்திரட்டாதி 4, ரேவதி 4ம் கால் (மீனம்)



பொதுவாகக் குடும்பத்தில் வேதனை, சகோதரிகளால் மனக் கலக்கம் மனைவி, மைத்துனர்களால் மனக் கஷ்டங்கள், எதிர்பாராமல் வரும் செயல்களால் மனக் குழப்பமடைதல், பொருள் விரயம், யாரிடம் பேசினாலும் அதிஜாக்கிரதை தேவை. இவர்கள் வீட்டின் வெறுப்பால் மறைந்து இருக்கும் நிலையும் உண்டு. உத்தியோகஸ்தர்களுக்கு திடீர் மாற்றங்களும், அமைதி இல்லா வாழ்க்கையும் ஏற்படும். கலைஞர்கள் உயர்வான சேதிகளையும் வெளியூர்ப் பயணங்களையும் மன அமைதியையும் பெறலாம்.


ஒவ்வொரு துளியிலும் தேர்ந்தெடுத்த தேங்காய்களின் நறுமணம்!
Yendelux
coconut oil
என்டிலக்ஸ்
தேங்காய் எண்ணெய்
மு. நாகலிங்க நாடார் சன்ஸ்
கொல்லம்—கேரளா
ஆபீஸ் : 2244, 4484, மில்ஸ் ; 2266, 4611
DISTRIBUTORS FOR TAMIL NADU
M. M. NAGALINGA NADAR
VIRUDHUNAGAR.Phone : 3107, 3745.

எனக்கு மருதாணி ரொம்பப் பிடிக்கும்!

மஞ்சுளா ரமேஷ்





''வெளியூர்லேந்து லேடி டாக்டர் ஒருத்தர் எழுதியிருந்தார், 'நானும் உங்களைப் போல இளம் விதவைதான். என் குழந்தைகளுக்காக நான் வாழறேன். வாழ்க்கையில சாதிக்க வேண்டிய பிரச்னைகளை ஒரு ஆணைப் போல் சந்தித்திருக்கிறேன். என் குழந்தைங்களுக்கு அம்மா, அப்பா எல்லாமே நான்தான் அதைப் போல நீங்களும் தைரியமாக வாழ்க்கையைச் சந்தியுங்கள்.... இன்னும் எத்தனையோ பேர் எனக்கு ஆறுதல் சொல்லி எழுதிட்டாங்க...''

என்று நெடுமூச்சு விடும் கமலா காமேஷ்!

நேரில் பார்க்கும்போது ஒரு நிமிஷம் வியப்பு. இத்தனை இளமையும் அழகும் உள்ளவரா படத்தில் அத்தனை வயசானவராக இயல்பாக நடிக்கிறார்! அங்கு நிலவும் துயர நிலையையும் அமுக்கிக் கொண்டு இந்த எண்ணம் வராமல் இல்லை.

இத்தனை நான் பட்டுவிட்ட துன்பங்களுக்கும், இனி இருக்கும் எதிர்காலம் காரணமாகவும், இப்படி வயசான ரோல் கிடைப்பதே நல்லதுதான் என்று கூறுகிறார் இவர். ரசிகர்களின் மத்தியில் உண்மையான மதிப்பும், அன்பும் பெருகுமே தவிர, வேறு எப்படியும் நினைக்க முடியாதபடிக்கு இருந்துவிடுவோமே

அந்தப் பெண் டாக்டர் சொன்னது போல ஆணுக்கு ஆணாய், தாய்க்குத் தாயாய் வாழ பத்து வயதில் ஒரு பெண் இருக்கிறாள் இவருக்கு.

''காமேஷுடைய அக்கா, அவருடைய பிறந்த வீடு இவர்கள்தான் எனக்கு இருக்கும் துணை. ஏனென்றால் எனக்கென்று யாரும் கிடையாது. இவர் விட்டுச் சென்றிருக்கும் நண்பர்களின் அன்பும், அக்கறையும்தான் எனக்குத் துணை!''

இவருக்கு என்று யாரும் இல்லையா! அம்மா அப்பா....?

''இருக்கிறார்கள். ஆனால் அவர்களைப் பொறுத்த வரையில் நான் செத்துப்போய் விட்டவள். எஸ்.எஸ்.எல்.சி. முடித்துவிட்டு கர்நாடக இசையில் டிப்ளமா முடித்தவள் நான். பக்கத்து வீட்டில் குடியிருந்தவர் காமேஷ். இரண்டு பேரும் ஒரே சாதிதான். அவர் வீட்டில் எங்களுடைய அன்பை ஒத்துக் கொண்டார்கள். எங்க வீட்டில் பிடிவாதமாக மறுத்தார்கள். அவர்களைப் பொறுத்த வரை சினிமா விஷயங்களெல்லாம் பாவ விஷயங்கள்.

நான் சொல்லிவிட்டு காமேஷுடன் வந்துவிட்டேன். பன்னிரண்டு வருடங்கள் அருமையான வாழ்க்கை. அவர் பின்னணிக் குழு வைத்து நடத்திக் கொண்டிருந்தார். இன்றைக்கு இருக்கும் பல குழுக்களில் பாடுபவர்களும் இவருடைய குழுவில் இருந்தவர்கள்தான். நான் அவருடைய புரோகிராமையெல்லாம் கவனித்துக் கொள்வேன். இவர்களுக்குப் போவதற்கு டிக்கெட் வாங்குவது, ரூம் அரேஞ்ச் செய்வது முதல் சகலமும் கவனித்துக் கொள்வேன். மற்றபடி வீட்டுக் காரியங்களைக் கவனித்துக் கொண்டு இருந்தேன். இப்படித்தான் எந்தக் கஷ்டமும் இல்லாமல், சிரிப்பும் கேலியும், ஜோக்குகளும் எங்கள் வீடெல்லாம் இறைபட்டது.''



பிற்காலத்தில் இவருக்குத் தன் வாழ்க்கையைத் தானே பார்த்துக் கொள்ள வேண்டிய கட்டாயம் ஏற்படப் போகிறது என்பதற்காகவோ, என்னவோ, அன்று அமைதியான இவருடைய வாழ்வில் ஜெயபாரதி குறுக்கிட்டார்... எல்லாமே விதி திட்டமிட்டு நடத்தும் விளையாட்டோ?

''‘குடிசை' நாவலைப் படமாக்கப் போகிறோம் என்று ஜெயபாரதி பத்திரிகைகளில் விளம்பரம் தந்திருந்தார். அவர்கள் தங்களுக்கு ஏற்ற கதாநாயகி கிடைக்காமல் திண்டாடிக்" கொண்டிருந்தார்கள். ஒல்லியாக, உயரமாக, அழகாக, இருபத்தைந்து வயதுக்குள் பெண் வேண்டும். தேடினார்கள். தேடிக்கொண்டே இருந்தார்கள்.

''ஒரு நாள்]நானும் இவரும் ஒரு நாடகத்துக்குப் போயிருந்தோம். நாங்கள் சுவாரஸ்யமாக நாடகத்தில் மூழ்கி விட்டோம். என்னைத் தூரத்தில் இருந்து பார்த்த ராபர்ட் ராஜசேகர், ‘ஜெயா, நாம ரொம்ப நாளா தேடிக் கொண்டிருந்த கதாநாயகி இதோ!' என்று சுட்டிக் காட்டியிருக்கிறார். என்னைப் பார்த்த ஜெயாவுக்குத் தூக்கி வாரிப் போட்டது.

''யாருன்னு நெனைச்சுக்கிட்டே அவங்களை? நம்ப காமேஷோட வொய்ஃப்புடா. காமேஷுக்குத் தெரிஞ்சா உதைப்பான்'' என்றாராம். ஆனால் அவர் விடவில்லை. கடைசியாக இருவரும் எங்கள் வீட்டுக்கு வந்து கேட்டார்கள். எனக்குத் தூக்கி வாரிப் போட்டது.

''ஐயய்யோ, நானா.... நடிக்கவா.. எனக்கு என்ன தெரியும்?''

என்றேன். காமேஷும் மறுத்தார். ‘நீங்க ஆர்ட் பிலிம்னு சொல்றீங்க. இவளுக்கு ஒரு இழவும் தெரியாது. இவளைப் போட்டுக் கையைச்சுட்டுக்காதீங்க'' அவர்கள் பிடிவாதமாக இருந்தார்கள். வேறு வழியில்லாமல் நண்பர்களுக்காக அவர் ஒத்துக் கொண்டார். நானும் நடிகையானேன்.''

இவருள் எங்கேயோ ஒளிந்து கொண்டிருந்த நடிப்பு என்னும் ஊற்று அதிலிருந்து வெளிவர ஆரம்பித்தது. சின்னம்மாவாக மாறிவிட் இவரைப் பாராட்டாத பத்திரிகை ஏது? படம் தோல்வி அடைந்தாலும் கமலா சிறந்த நடிகையாகி விட்டார்.

பல நாடகங்களில், பல குருப்களில் இவரை கூப்பிட ஆரம்பித்தார்கள். நாடக மேடைகளில் குணசித்ர நடிகையாக பரிமளிக்க ஆரம்பித்தார். இதுவரைக்கும் ஆயிரத்துக்கு மேற்பட்ட நாடகங்களில் நடித்திருக்கிறார்.

''ஆண்டவனாக எனக்குக் காட்டிய ஒளி அது என்றுதான் சொல்ல வேண்டும். இவருக்கு உடம்பு சரியில்லாமல் போனதும், காலை எடுக்க வேண்டிய நிலை ஏற்பட்டதும் அந்த நாட்களில்தான். அதற்கெல்லாம் இந்தப் பணம் உதவியது. எனவே நிறைய நாடகங்களில் நடித்தேன். என்னால் முடிந்த வரை உழைத்தேன். அப்போதெல்லாம் படங்கள் ஜாஸ்தியில்லை. எனக்கு என்னுடைய வாழ்வின் கெடுபிடியான துயரக் கட்டங்களில்நாடக உலகம் காப்பாற்றியது!''

‘குடிசை'க்கு அப்புறம் கொஞ்ச காலம் திரைப்படங்களில் இவர் இல்லைதான். அலைகள் ஓய்வதில்லை படத்தில் கார்த்திக்கிற்கு அம்மாவாக நடிக்க பாரதி ராஜா கூப்பிட்டபோது இவர் மறுத்துவிட்டாராம். அம்மா ரோலில் நடித்தால் அப்படியே அம்மா முத்திரையே குத்தி விடுவார்கள் என்று.



ஆனால் கதையை விவரித்து இவருக்குச் சிறப்பாக நடிக்கப் பல வாய்ப்புக்கள் இருப்பதையும், நல்ல பெயரெடுக்க வாய்ப்பு இருப்பதையும் விளக்கினாராம். அப்புறம் ஒப்புக்கொண்டிருக்கிறார். கமலா நினைத்தது போலத்தான் ஆனது. வரிசையாகப் படங்கள் வர ஆரம்பித்து விட்டன. எல்லாமே அம்மா—ரோல்தான். ஆனாலும் என்ன? இவருடைய நடிப்பைப் பாராட்டாதவர்கள் யார்?

திரைப்பட ஷூட்டிங்கின்போது நடந்த பல சுவையான சம்பவங்களை விளக்கினார். ''அலைகள் ஓய்வதில்லை' படப் பிடிப்பின்போது மருதாணி வைத்துக் கொண்டிருந்தேன். மருதாணின்னா எனக்கு ரொம்பப் பிடிக்கும் நான் நடிக்கப் போவதோ அம்மா வேஷம். அந்த அடையாளம் மறைய ஒரு மாதம் தள்ளி படப்பிடிப்பு வைத்தார் பாரதிராஜா!

ஒருசமயம் படப்பிடிப்பின்போது குமுறிக் குமுறி அழவேண்டிய கட்டம். இவர் கண்ணில் கண்ணீரே இல்லை. கோபம் வந்து விட்ட பாரதிராஜா பளாரென்று ஒரு அறை கொடுத்து விட்டாராம். 'மளமள'வென்று கண்ணீர் வந்து விட்டது. ஒரே 'டேக்'கி லேயே முடிந்து விட்டது. அப்புறம் பாராட்டிய முதல் மனிதரும் அவர்தான்.

''ஓயாத ஒழியாத ஷூட்டிங் இருந்தது எனக்கு. அப்போதான் 'இவரு'க்கு மஞ்சள் காமாலை வந்தது. டாக்டரிடம் காட்டி ஓரளவுக்குக் குணமாச்சு. பத்தியச் சாப்பாடே சாப்பிட மாட்டார். 'எனக்கு உப்புப் போடாமக் குடுக்கிற. நான் என்ன சாப்பிடறதா, பட்டினி கிடக்கவா'ன்னு ஒரே ஆர்ப்பாட்டம் பண்ணுவார். என்ன சொன்னாலும் கேட்க மாட்டார். எனக்கு தஞ்சாவூர்ல ஷூட்டிங். என்ன பண்றது? அவர் அம்மா வீட்ல கொண்டு விட்டேன்.

''இங்க இருந்தா வேலைக்காரியை ஏமாத்திச் சாப்பிட்டுடுவார். நீங்க கவனிச்சுக்குங்கம்மா'' என்று சொல்லி விட்டுப் போனேன்.

நான் போன ரெண்டாம் நாளே அவாளோட ரொம்பச் சண்டை போட்டுட்டுச் சாவியை வாங்கிண்டு வந்துட்டார், இங்க வந்து, வேலைக்காரியை மிரட்டி பத்தியமில்லாமச் சாப்பிட்டிருக்கார். திருப்பியும் வந்துடுத்து. நான் ஊர்ல இருந்து வந்து கீழாநெல்லி அரைச்சுக் கொடுத்து, டாக்டர் கிட்டக் காமிச்சுச் சரிப்படுத்தினேன்.

ஆனா எனக்கோ நிக்க முடியாத ஷூட்டிங். இவர் கிட்ட குழந்தை கிட்டே சொல்றா மதிரி சொல்லி விட்டுட்டுப் போனேன். இப்படி நான்காவது தடவை அட்டாக்கானபோது தான் ரத்தத்தோட கலந்துட்டிருக்கு. அப்போ கொடைக்கானல்ல ஷூட்டிங். போன ரெண்டு நாள்லேயே என்னோட பார்ட் முடிஞ்சுடுத்து. மனசுல என்னவோ குறுகுறுப்பு, மெட்ராஸுக்குப் போகணும் போகணும்னு! அவாள்ட்டே சொல்லிட்டு மதுரை வந்து ரயிலேறி வந்து விட்டேன். எனக்கு மதுரையிலே ரசிகர்கள் ஜாஸ்தி. காருக்குள்ள ஒளிஞ்சிண்டு ஸ்டேஷன் வரைக்கும் வந்து, டிரெயின் வர்றவரை இருட்டிலே இருந்துண்டு நான் வந்து சேர்றதுக்குள்ளே நான் பட்ட பாடு!

இங்க வந்தா இவரோ சாப்டதெல்லாம் வாந்தி எடுத்திண்டு இருக்கார். உடனே பக்கத்தில இருக்கிற நர்ஸிங் ஹோம்ல சேர்த்தேன். டாக்டர் பார்த்துட்டு நீங்க ஜி.எச்.க்குப் போறதுதான் நல்லதுன்னுட்டார்.

உடனே ஆம்புலன்ஸ் வரவழைச்சு இவர அழைச்சுண்டு போனேன். அம்புலன்ஸ் லேந்து இறங்க முடியாம ரசிகர் கூட்டம் சேர்ந்து போச்சு. உள்ளேயே உக்காந்துண்டு இவரை மட்டும் ஸ்ட்ரெச்சரில் அனுப்பினேன். அப்புறமா இறங்கிப் போனேன்'



துணைக்கு வந்த நண்பர் விட்டுட்டு ஆபீசுக்குப் போயிட்டார். வேறு யாருமே கிடையாது. பிரமை பிடிச்சுப் போய் உக்காந்திருந்தேன். 'கோமா'விலே விழுந்துட்ட அவர் பக்கத்துல நானும் ஜடமா இருந்தேன். அந்தச் சமயத்திலதான் ஒருத்தர் ரெண்டு பேர் வந்து எங்கிட்டப் பேச்சுக் கொடுத்தாங்க, 'உங்க படங்கள்ளாம்நான்பார்த்திருக்கேன்'னு...''

என்று இவர் சொல்லும்போது 'என்ன மனிதர்கள்!' என்றுதான் நினைக்கத் தோன்றுகிறது. இவருடைய நிலைமையை டாக்டர்கள் புரிந்து கொண்டு விட்டார்கள். இவரிடம் எப்படிச் சொல்வது, 'இனி மேல் நீங்கள் உங்கள் எதிர்காலத்தைத்தனியாகத் தான் சந்திக்க வேண்டும்' என்பதை. கோமாவில் விழுந்துவிட்டவர்கள் இறந்துபோனாலும் அப்படியே அசைவில்லாமல்தான் உயிர் போகும். ஆனால் காமேஷின் மனசில் என்னென்ன உணர்வுகள் உறுத்திக் கொண்டிருந்தனவோ, யாருக்குத் தெரியும்? அந்த உடல் உயிர் பிரியுமுன் ஒரு துள்ளுத் துள்ளி மனைவியை இறுகப் பிடித்துத் தோளில் முகம் பதித்துக் கொண்டது. அந்தச் செய்கையின் மூலமே என்னவோ சொல்லிவிட்டுப் போய்விட்டார்!

கணவரின் உயிர் பிரிந்தது தெரியாமல் தன்னை அவர் அணைத்துக் கொண்டதைப் பார்த்து, 'டாக்டர், டாக்டர்' என்று கத்தியிருக்கிறார் கமலா. ஆக்ஸிஜன் ஸிலிண்டர்கள் உருண்டு வந்தன. மூச்சு விட செயற்கை மசாஜ் செய்யப்பட்டது. பிறகு எல்லாம் மெதுவாக அகற்றப்பட்டன.

''இனி என்ன செய்யப் போகிறீர்கள்?'' என்றாராம் டாக்டர்.

''ஏன் சார், வேறு ஏதாவது மருந்து வாங்கிண்டு வரணுமா?'' என்று கேட்கும் கமலாவைப் பரிதாபமாகப் பார்த்துவிட்டு மென்று விழுங்கிக் கொண்டே,

''இல்லே...பாடியை எடுத்துக் கொண்டு போகிறீர்களா... மார்ச்சுவரிக்கு அனுப்பட்டுமா?'' கேட்ட மறு நிமிடம் டாக்டர் அங்கு இல்லே. அப்போதுதான் தான் தனிமரமாகி விட்டதை கமலா புரிந்து கொண்டு இருக்கிறார்.

''கணவர் இறந்தார் என்று தெரியாமல் அவர் பக்கத்தில் அரை மணி நேரம் உக்காந்துகொண்டு இருந்தேன். நான் தனியாகி விட்டேன் என்று தெரிந்து கொண்டு அவர் பக்கத்தில் உட்கார்ந்து கொண்டு அரைமணி நேரம் கதறினேன்.

கண்களில் மெல்லிய நீர்த் திரை படிகிறது. அதை விழுங்கிக் கொள்கிறார் அவர். இவருடைய முகத்தில் தெரியும் தன்னம்பிக்கையும், உறுதியுமே இவரைப் போன்ற பெண்களுக்குப் பாடமாகுமோ?

''நான் கதறி அழுவதைப் பார்த்து என் மகள் கழுத்தைக் கட்டிக் கொண்டு அழுகிறாள். அவளுக்கு ஏதேனும் ஆகிவிடுமோ,

தேள் கடி மறைய..

தண்ணீர் தெளித்த புளியங் கொட்டையை [illegible] தேய்த்து, உடனே தேள் கடித்த இடத்தில் வைத்தால் ஒட்டிக் கொள்ளும். விஷம் இறங்கியதும், புளியங் கொட்டை விழுந்து விடும்.

'பொன்னு'

நானே நம்பிக்கை இழந்துவிட்டால் அவளுக்கு யார் ஆதரவு? அன்றைக்குக் கண்களைத் துடைத்தவள்தான் நான். என்னை நானே தேற்றிக் காண்டேன்.

பாஸ்ட் ஈஸ் பாஸ்ட். அழுதால் மட்டும் எந்தப் பிரச்னையும் தீர்ந்து விடப் போவதில்லே. இனி எதிர்காலத்தைப் பற்றித்தான் சிந்திக்க வேண்டும்...''

அவருடைய தன்னம்பிக்கைக்கும் தைரியத்துக்கும் தலை வணங்க வேண்டும். 'இனி உங்களுடைய எதிர்காலத்தை எப்படி அமைத்துக் கொள்ளப் போகிறீர்கள்?'' என்று கேட்டேன்.

''அவருக்கு இசை என்றால் உயிர். 'உனக்கு மனைவி, குழந்தை வேணுமா,இசை வேணுமா என்று கேட்டால் இசைதான் வேண்டும் என்பார். அவர்சொல்லிக் கொண்டே இருப்பார், வடக்கில் உஷா கன்னா என்ற ஒரே பெண் மியூசிக் டைக்டர் இருக்கிறார். அவரைப் போல என் பெண்ணையும் நான் ஆக்கப் போகிறேன் என்று.

நான் அதை நிறைவேற்றப் போகிறேன். அவருடைய கனவை நனவாக்குவதுதான் என் எதிர் காலத் திட்டம். மற்றபடி எனக்கென்று நான் எதையும் நினைக்கவில்லே''

என்று கூறும் இவர் கடைசியாகச் சுவையான செய்தி ஒன்றையும் கூறினார். முதல்வர் எம். ஜி. ஆரின்டைரக்ஷனில் பாரதியார் படம் எடுக்கப் போகிறார்களாம். அதில் செல்லம்மாள் பாரதியாக இவர் நடிக்கப் போகிறாராம்.

கடைசியாக ஒரு கேள்வியைத் தயங்கிக் கொண்டே கேட்டேன், ''அவர் இறந்து போன பிறகும் உங்கள் வீட்டிலிருந்து யாரும் வரவில்லையா?''

கமலா காமேஷ் சிறிய சிரிப்பொன்று சிரித்தார். ''இல்லே. நானும் அவர்களைத் தொந்தரவு படுத்தப் போவதில்லே. என்னால் முடிந்தால் ஏதாவது உபகாரத்தைப் பிறருக்குச் செய்வேன். ஆனால் யாருக்குமே உபத்திரவமாக இருக்கக் கூடாது என்பதுதான் என் கொள்கை. என் மனசு எப்படி என்பது ஆண்டவனுக்குத் தெரியும். அது போதும் எனக்கு....''

வருங்காலத்தை வழி நடத்த ஆண்டவனும் துணை நிற்பான் என்றுதான் சொல்ல வேண்டும், வேறென்ன சொல்ல?

மர்மத்தீவில் மாலா-பாலா

கதை: மகிழ்ச்சிக் கண்ணன்
சித்திரம்: விஜயா





தையல்

4 துண்டு

அளவுகள்:–

உயரம் – 18"

மார்புசுற்றளவு – 20+4 = 24/4 = 6"

கழுத்து – 2"

தோள் பட்டை – 2½"

4 துண்டு அம்ரெல்லா ஸ்கர்ட் ப்ராக்

இங்கு மாதிரிக்காக 3 வயது குழந்தையின் அளவுகள் கொடுக்கப்பட்டுள்ளன. இந்த அளவுப்படி ப்ராக் தைக்க சுமாராக ஒரு மீட்டர் துணி தேவைப்படும். பிரிண்டட், பாப்லின், பாம்பே டையிங், டுபைடு போன்ற துணிகளில் இந்த உடையைத் தைக்கலாம்.

பேப்பர் பேட்டர்ன் வரையும் முறை

ப்ராக்கின் தேவையான உயரம், மார்பளவு, கைநீளம், அகலம், ஆகியவற்றை இஞ்ச் டேப்பால் அளந்து, குறித்துக்கொள்ளவும். இங்கு மாதிரிக்காக எடுத்துக்கொள்ளப்பட்டுள்ள அளவுகள் மேல்வருமாறு:

அளவுகள்: பாடி:

0 to 1–8'' (உயரம்)
0 to 2–6'' (மார்பளவின் கால் பாகம்)
0 to 4.
2 to 2'
2 to 1–2'' (இடுப்பிற்காக)
0 to 5–2'' (கழுத்து)
5 to 7–2½'' (தோள்பட்டை)
7 to 7'–½'' (தோள்பட்டை இறக்கம்)
8 –2வது கட்டத்தின் மத்திய புள்ளி
0 to 6'–முன் கழுத்து
0 to 5'–பின் கழுத்து

பாட்டம் (ஸ்கர்ட்):

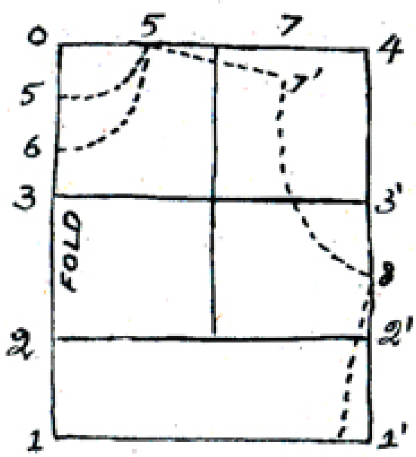
0 to 1–16½–''
0 to 2
0 to 4–6½'' (மார்பளவு 24லிருந்து 4ஐ கழித்து 3ஆல் வகுக்கவும் 24-4 20/3 6½'')
2 to 1–10'' (16½''லிருந்து 6½''ஐ கழித்
4 to 3 தால் மீதமுள்ள ஸ்கர்ட் பகுதியின் உயரம்)

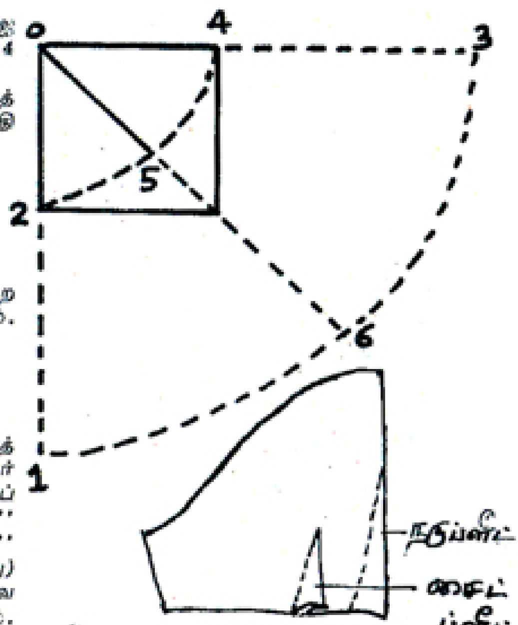
கை:

0 to 1–6'' உயரம்
2 to 3
0 ro 2 –12'' அகலம்
1 to 3
5 –2வது கட்டத்திலிருந்து மேற்புறமாக ½'' மார்க் செய்யவும்.
4 –கை அகலத்தின் சரி பாதி
1 to 1–'' கை ஷேப்புக்காக
3 to 3½

வரையும் முறை: பாடி: பழைய செய்தித்தாளில் தேவையான உயரத்தையும் மார்பளவையும் குறித்துக் கொள்ளவும். (எப்பொழுதும் மார்பளவுடன் தளர்வுக்காக 4'' சேர்க்க வேண்டும்.) உயரம் 18'' (¼'' மார்பளவும்–2'' இடுப்பளவு (பொதுவானது) வரைந்து, மார்பளவும் வரைந்து, மார்பளவை 4 சம கட்டங்களாகப் பிரித்துக் கொள்ளவும்.

பாடி





ப்ளீட் தைக்கும் முறை

ம்ப்ரெல்லா ஸ்கர்ட் ப்ராக்

-லலிதா கணபதிராமன்

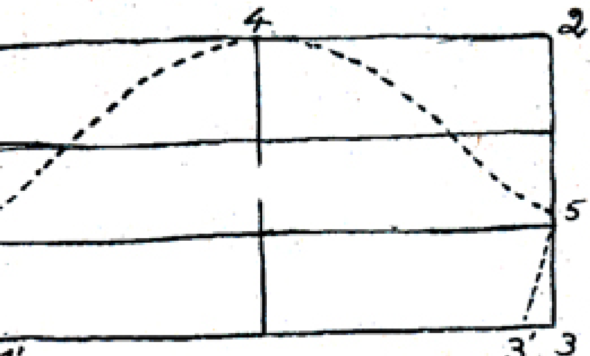
ஆம்ஹோல் — 10"

லெக்கோ மட்டன் கை :—
(LEG'O MUTTON)
நீளம் — 6"
அகலம் — 12"

----- வெட்டும் கோடுகள்

——— துணி கோடுகள்

கை





தைத்தபின் உடை

கழுத்து (2'') தோள்பட்டை (2½'') ஆகிய வற்றைப் படத்தைப் பார்த்து தேவையான அளவுப்படி வரையவும். இறக்கம் ½'' அமைத்துத் தோள்பட்டையைச் சாய்வாக வரையவும். 2வது கட்டத்தின் மத்திய புள்ளியான 8ஐயும் 7ஐயும் இணைத்து ஆம் ஹோலை உருவாக்கவும். 1'' லிருந்து உட்புறம் ½'' மார்க் செய்து அப்புள்ளியையும் 8ஐயும் இணைத்து இடுப்பின் சாய்வான பகுதியை உருவாக்கவும்.

ஸ்கர்ட்: தேவையான ஸ்கர்ட்டின் உயரம் 10'' என்றால் அத்துடன் மார்பளவிலிருந்து 4''ஐக் கழித்து மீதமுள்ளதை 3ல் வகுத்தால் ஸ்கர்ட்டின் வளைவான இடுப்புடன் இணையப்போகும் மேற்பகுதியின் அளவு கிடைக்கும் (24—4—20—3—6⅔) இதையும் உயரத்துடன் (10'') சேர்த்து மொத்தம் 16⅔'' ஆக (0 to 1, 0 to 3) படத்தில் உள்ளது போன்று வரைந்து கொள்ளவும். பின்னர் 6⅔'' ஐ (0 to 2) 0 to 4 சதுரமாகப் படத்தைப் பார்த்து வரையவும். 0 லிருந்து சதுரத்தை வெட்டுமாறு நீண்டகோட்டை வரையவும் (0 to 6) பின்னர் அந்தக் கோட்டின் மீதாக 6⅔'' மார்க் செய்து கொள்ளவும். (0 to 5) 2, 5, 4, ஆகிய புள்ளிகளை இணைக்கவும். பாட்டத்தில் 1, 6, 3 புள்ளிகளை இணைக்கவும் இப்பொழுது சுருக்கம் இல்லாமலே இடுப்பு பகுதியுடன் பொருந்தக் கூடிய அம்ப்ரெல்லா ஸ்கர்ட் பகுதி தயார். 0 to 5 1to 6 என்ற பகுதியையும் 5 to 4, 6to 3 என்ற பகுதியையும் தனியாக வெட்டி (...என்ற கோட்டின் வழியாக) எடுத்துக் கொள்ளவும்.

கை: உயரத்தை (6'') வரைந்துகொள்ளவும். ஆம்ஹோலை விட 2'' அதிகமாக்கி அகலத்தை வரைந்து கொள்ளவும். (10''— 2''—12'') உயரத்தை 3 சம பாகங்களாக பிரித்துக்கொள்ளவும். மேலுள்ள முதல் கட்டத்தின் மேற்புறம் ½'' மார்க் செய்து கொள்ளவும் (5). கையின் அகலத்தில்சம பாகத்தை (4) குறித்துக் கொள்ளவும். பின்னர் 5, 4 ஆகியவற்றை வளைவாகப் படத்தில் உள்ளது போன்று வரையவும். கீழ்புறம் ½'' (1 to 1, 3 to 3'') மார்க் செய்து கையின் சாய்வான பகுதியை வரையவும். ... என்ற கோடிட்ட பகுதி வழியாக பேப்பர் பேட்டனைத் தனியாக வெட்டி எடுத்துக் கொள்ளவும்.

துணியில் வெட்டுதல்

துணியைத் தேவையான அகலப்படி 2ஆக மடித்த பின் உயரத்துக்குத் தகுந்தவாறு 2ஆக மடித்து முதலில் பாடியை துணியின் மீது வைத்து அசையாதவாறு துணியுடன் சேர்த்துக் குண்டூசியால் இணைத்துக்கொள்ளவும். எல்லா இடம் ½'' தைப்பதற்காக இடம் விட்டு வரைந்து பின்னர் பேப்பர் பேட்டனை எடுத்து விட்டு வெட்டவும்.

முதலில் பின் கழுத்து வரைந்து வெட்டிய பின் அப்பகுதியைத் தனியாக எடுத்துவிட்டு முன் கழுத்து வரைந்து வெட்டவும். பாடியின் பின்புறம் கழுத்தின் மையத்திலிருந்து இடுப்பு வரை ஓப்பன் வெட்டிக் கொள்ளவும் கையும் துணியை 2 ஆக அகலத்திற்கு தகுந்தாற்போல் மடித்து 2 கை வெட்டிக்கொள்ளவும். எல்லா இடமும் ½'' கீழ்ப்புறமும், கையின் பக்கவாட்டுப் பகுதியிலும் மட்டும் கொஞ்சம் அதிகமாகத் துணி விட்டு வெட்டவும். மீதமுள்ள துணியை பாட்டம் அகலத்திற்கு ஏற்றவாறு மடித்துக்கொள்ளவும். 2 to 5, 1 to 6 என்ற பகுதியை 2 துண்டுகள் வெட்டிக் கொள்ளவும். அதே போன்று 5 to 4, 3 to 6 என்ற பகுதியையும் 2 துண்டுகள் வெட்டிக் கொள்ளவும். வெட்டு முன்னர் எல்லா இடமும் தைப்பதற்கு இடம் விட்டு வெட்டவும்.

தைக்கும் முறை

முதலில் வலது புறம் 1'' பட்டியும் இடது புறம் 2'' பட்டியும் வைத்து ஓபன் தைத்துக் கொள்ளவும். தோள்பட்டை, இடுப்பு பாகங்களை இணைத்துத் தைக்கவும். கையின் சாய்வான பகுதியை தைக்கு முன் கையின் நடுப் பகுதியில் ஒரு நீண்ட ப்ளீட்டும் அதை யடுத்து இருபுறமும் நடு ப்ளீட்டை விட சிறிது நீளம் குறைவான ப்ளீட்களையும் தைத்துக் கொள்ளவும். கையின் கீழ்ப்புறமும் கழுத்தின் ஓரத்திலும் டார்க் கலர் கிராஸ் பீஸால் பைப்பிங் வைக்கவும் கையை ஆம்ஹோலுடன் இணைக்கும் போதும் தோள்பட்டையின் நேராக ஒரு பெரிய ப்ளீட்டும், அதை அடுத்து இரு புறமும் 2 சிறிய ப்ளீட்டுகளும் அமைத்து, மற்ற இடங்களில் சுருக்கம் அமையாதவாறு பார்த்து ஓட்டுத் தையல் தைத்து பின்னர் மிஷின் தையல் தைக்கவும். ஓட்டுத் தையலைப் பிரித்து விடவும். ஸ்கர்ட் பகுதியின் 4 துண்டுகளையும் மிஷின் மூலம் இணைத்து தைத்துக் கொள்ளவும். கீழ்ப் பகுதியில் கழுத்து, கை ஆகியவற்றுக்கு வைத்த அதே கலர் க்ராஸ் பீஸால் பைப்பிங் தைக்கவும். பாடியின் நல்ல பக்கமும், ஸ்கர்ட்டின் நல்ல பக்கமும் பொருந்தியிருக்குமாறு வைத்து ஸ்கர்ட்டின் இருபுற இணைப்பும் இடுப்பு, பகுதியில் அமையுமாறு பார்த்து ஓட்டுத் தையல் தைக்கவும். இப்பொழுது முன்புறம், இரண்டு துண்டும், பின்புறம் இரண்டு ஸ்கர்ட் துண்டும் அமைத்துக் குடை போன்ற அமைப்பைக் கொண்டதாய்க் காணப்படுவதால் இதற்கு அம்ரெல்லா ஸ்கர்ட் என்ற பெயர் வந்தது. மிஷின் தையல் தைத்த பின்னர் ஓட்டுத் தையலைப் பிரித்து விடவும். ஓபன் பகுதியில் வலதுபுறம், 3 அல்லது 4 கொக்கி அல்லது பட்டனை அவரவர் விருப்பம் போல் வைத்துத் தைக்கவும். கை, கழுத்து, பாட்டம் ஆகிய இடங்களுக்கு தேவையான கலரிலும் நீளத்திலும் கடைகளில் க்ராஸ்பீஸ் விற்கின்றன. அதைக் கடைகளில் வாங்கியும் தைத்து உடையை அழகுபடுத்தலாம்.



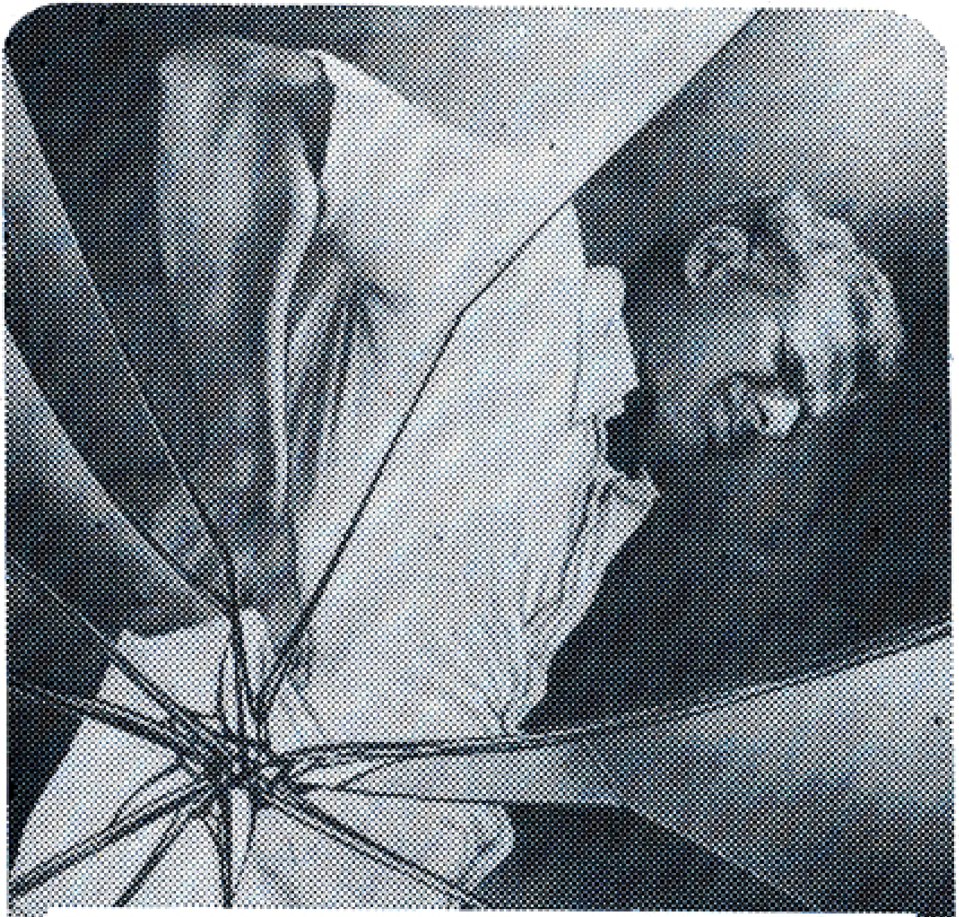
சிலருக்கு பல் தேய்க்கும்போது பல்லில் இரத்தம் வடியும். தினசரி இது போல் இருந்தால் தமிழ் மருந்துக் கடையில் சூரத் காய்களை வாங்கிக் காய வைத்து உரலில் போட்டு இடித்துத் தூளாக்கி அதே அளவு உப்பு கலந்து வைத்துக் கொண்டு தினம் இப்பொடியில் பல் துலக்கி வந்தால் பல்லில் இரத்தம் வடிவது நின்று விடும். பல் கெட்டிப்படும்.

எஸ், விஜயா சினிவாசன்

ஜலதோஷத்தினால் மூக்கடைப்பாக இருந்தால், மூக்குக்குக் கடையில் வாங்கும் ட்ராப்ஸ் விட வேண்டும் என்று அவசியமில்லை. நல்ல ஐஸ் வாட்டரை இரண்டு மூக்குத் துவாரத்திலும் 4, 5 துளிகள் விட்டால் போதும். இது சளி உற்பத்தியையே குறைத்து மூக்கடைப்பை விலக்குகிறது.

ஜெயா. வி. ராமன்





அமிர்தாஞ்சன் அறியும் உடல்வலியின் கடுமையை

உடல்வலியைப் போக்க சுலபமான வழி, அமிர்தாஞ்சன். சிறிதளவு அமிர்தாஞ்சன் எடுத்து நன்றாக அழுத்தித் தேயுங்கள். உடல் வலியிலிருந்து இதமான உடனடி நிவாரணம் கிடைக்கும்.

அமிர்தாஞ்சன் மற்ற மருந்துகளைப் போலல்ல. அமிர்தாஞ்சனில் உள்ள சக்திமிக்க 10 மருந்துப் பொருட்கள் உடனடியாக செயல்புரிந்து வலியிலிருந்து உங்களுக்கு துரிதமாக நிவாரணம் அளிக்கின்றன, தீங்கு செய்யும் பின் விளைவுகள் எதுவுமில்லை.

85 ஆண்டுகளுக்கும் மேலாக புகழ்வாய்ந்த அமிர்தாஞ்சன் சுளுக்கு, தலைவலி, மற்றும் ஜலதோஷம் இவற்றிலிருந்தும் சிறந்த நிவாரணம் அளிக்கிறது.

எப்பொழுதும் அமிர்தாஞ்சன் உங்கள் கைவசம் இருக்கட்டும். ஏனெனில், அது, எப்போது தேவைப் படுமென்று சொல்ல முடியாது.



அமிர்தாஞ்சன்

துரித நிவாரணம் உறுதியுடன் அளிப்பது. பின்விளைவுகள் இல்லாதது.

OBM 7656 TM



அழகிற்கு 10 வழிகள்



1. ஆரோக்கியம், அழகு இவற்றை அளிப்பதில் நமது தலைமுடியிலிருந்து நகம் வரை ஒவ்வொரு அங்கமும் பங்கு பெறுகிறது. தலைமுடியிலிருந்து ஆரம்பித்துப் பார்த்தோமானால் கூட எந்த அங்கத்திற்குமே வெளிப்பூச்சு, சாயம், தைலம், க்ரீம் இவற்றைவிட சத்து மிக்க எளிய உணவு, சுத்தம், சிறிது பிரத்தியேகக் கவனிப்பு இவையே அதிக பயன் தருவதாக அமையும். சிரமம் பாராமல் அதிகாலை அல்லது இரவு நேரங்களில் பத்து நிமிடமாவது இவ்விஷயங்களுக்குச் செலவழிப்பது நம்மிடம் உள்ள இயற்கை அழகை வெகுநாட்கள் பாதுகாக்கும்.

௨. தலைமுடி வளருவது, அதன் சுருட்டையான அமைப்பு, அடர்த்தி எல்லாமே வம்சாவளியாக வருவதுதான். அதனால் தலைமுடியின் அமைப்பையோ, தரத்தையோ முற்றிலும் மாற்றியமைப்பது இயலாத காரியம்.

3. இரும்புச் சத்தும், ஒருவகை புரதமும் சேர்ந்த 'கெரடின்' என்ற பொருள் நம் தலைமுடி, நகம் இவற்றிற்கு ஆதாரமானவை. நல்ல பால், தயிர், முட்டை இவை அதற்கான புரத சத்தையும், வெல்லம், கீரை, கேழ்வரகு, பச்சைக் காய்கறிகள் இவை அதற்கு வேண்டிய இரும்புச் சத்தையும் அளிக்கும்.

4. வெளியில் அதிகம் செல்பவர்களுக்கு தலைமுடி தூசியும், அழுக்கும் அடைய அதிக வாய்ப்புண்டு. இவர்கள் வாரம் மூன்று தடவைக்குக் குறையாமல் தலையைக் கழுவ வேண்டியது அவசியம். சிறிது எண்ணெயைச் சூடுபடுத்தி நன்றாக மயிர்க் கால்களில் படும் படி அழுந்தத் தேய்த்து ஒரு மணி நேரம் கழித்து சிகைக்காய் அல்லது ஷாம்பு போட்டுக் குளிப்பது நல்ல பலனைத் தரும்.

5. 'எண்ணெய் தேய்த்துக் குளிப்பது' என்பது ஒரு பழக்கமாகி விட்டதேயன்றி விஞ்ஞான ரீதியாக அதனால் எந்த அதிகப்படியான நன்மையும் நமக்கு ஏற்படுவதில்லை. ஆனால் உடலில் எண்ணெய் தேய்ப்பது நமது சருமத்தை மிருதுவாக வைத்துக் கொள்ள உதவுகிறது.

6. எண்ணெய்ப் பசையற்ற, உலர்ந்த தலைமுடிக்காரர்கள் ஷாம்பு அதிகம் உபயோகிக்க வேண்டாம். பலவித வாசனைத் தைலம், க்ரீம், ஹேர் கண்டிஷனர் இவற்றை விடக் கலப்படமில்லாத தேங்காய் எண்ணெயே எல்லாவிதத் தலைமுடிக்கும் மிக ஏற்றதொன்றாகும்.

7. 'முடி உதிருவது' என்பது பல சமயங்களில் சில உணவுச் சத்துக்களின் குறைபாட்டால் ஏற்படுவதாகும். இதனைக் குறிப்பாக நீங்கள், பிரசவித்த பெண், டைபாய்டு வந்து தேறியவர்கள், அம்மை கண்டவர்கள், இவர்களிடம் கண்டிருப்பீர்கள். ஏனெனில் இச்சமயங்களில் பெரும்பாலும் பெண்களுக்கு புரதம் மற்றும் இரும்புச் சத்துக் குறைவு ஏற்படுகிறது.

8. தினமும் 60–100 தடவை வரை நல்ல 'பிரஷ்' அல்லது சுத்தமான சீப்பு கொண்டு தலையை வாரிவிடுவதால் ரத்த ஓட்டம் நன்றாகச் சீரடைந்து முடி உதிருவது நிற்கிறது.

9. சுத்தம், தலைமுடியை அதிகநாள் இளமையுடன் இருக்கச் செய்யும். அழுக்குச் சேர்ந்த தலை முடியினால் முகத்தில் கூட பருக்கள், கரும் புள்ளிகள் வர வாய்ப்புண்டு.

10. நமது தலையலங்காரமும், நமது முகத்திற்கும், வயதுக்கும், காலத்திற்கும் ஏற்ப, சரியானபடி அமைவது முக்கியம்.

மாயா மோகன்

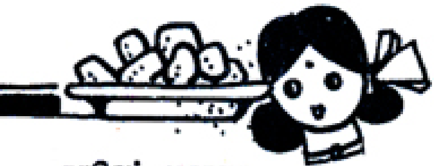




பழையதில் புதியது!

அரிசி கூழ் "பீட்ஸா"

நைஸாக அரைத்துள்ள அரிசி மாவில் சிறிது கடலை மாவையும் கலந்து, உப்புப் போட்டு நீர்க்கக் கரைத்துக் கொள்ளவும். 2 தக்காளியைப் பொடியாக நறுக்கி, பச்சை மிளகாய், வற்றல் மிளகாய் இவற்றைச் சேர்த்து நன்றாக வதக்கவும். இத்துடன் கொஞ்சம் தேங்காய்த் துருவல், பெருங்காயம், கொத்தமல்லி, கறிவேப்பிலை, வேண்டிய உப்பு சேர்த்து அம்மியிலோ, மிக்ஸியிலோ சட்னியாகத் தயாரித்து கரைத்து வைத்துள்ள மாவில் கலந்து கொள்ளவும். வாணலியில் எண்ணெயை விட்டு காய்ந்ததும் மோர் மிளகாய் 2, 3 கிள்ளிப் போடவும். அது நன்றாக வறுபட்டதும், கடுகை, போட்டுத் தாளிக்கவும். கடுகு வெடித்த பின் கரைத்து வைத்துள்ள மாவைக் கொட்டி, நன்றாக வெரும்வரை கிளறி, ஒரு தாம்பாளத்தில் எண்ணெயைப் பரவலாக விட்டு, அதன் மேல் மாவைக் கொட்டிப் பரத்தவும். மேலேயும் எண்ணெயைத் தடவலாம். ஆறிய பின் சதுரமாகவோ, முக்கோணமாகவோ வெட்டி சாப்பிடவும்.



காரெட் மசாலா அம்மிணி கொழுக்கட்டை

2 கப் அரிசியை நைஸாக உப்புப் போட்டு அரைத்துக்கொள்க. 4 டேபிள் ஸ்பூன் கடலைப்பருப்பு, 4 டேபிள் ஸ்பூன் உளுத்தம் பருப்பு, 2 டேபிள் ஸ்பூன் துவரம்பருப்பு இவற்றை அரை மணி நேரம் தண்ணீரில் ஊறப்போட்டு வைக்கவும். இத்துடன் மிளகாய் வற்றல், பெருங்காயம், பச்சைமிளகாய், பெருங்காயம், மிளகு 5, 6, ஜீரகம் கால் டீஸ்பூன் போட்டு, கறிவேப்பிலை கிள்ளிப் போட்டு வடைக்கு அரைப்பது போல் அரைத்துக்கொள்க. அரைத்த விழுதை ஆவியில் வைத்து வெந்ததும் எடுத்து தட்டில் கொட்டி உதிர்த்துக் கொள்ளவும். அரைத்து வைத்துள்ள அரிசி மாவை வாணலியில் சிறிது எண்ணெய் விட்டுக் கலந்து நன்றாக சுருளக் கிளறவும். நன்றாக வெந்த பின் தட்டில் கொட்டி ஆறிய பின் சிறு சிறு உருண்டைகளாகச் செய்துகொள்ளவும். இதையும் இட்லித் தட்டில் வைத்து ஆவியில் வேக வைத்து எடுக்கவும். வெந்த பின் மற்றொரு தட்டில் கொட்டி ஆறவிடவும். வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு காய்ந்ததும், கடுகைத் தாளிக்கவும். கடுகு வெடித்தவுடன் காரெட் துருவலைச் சேர்க்கவும். (வெங்காயமும் வேண்டுமானால் சேர்த்து வதக்கிக் கொள்ளலாம்.) பின் பருப்பு உசிலியை போட்டு சட்டுவத்தினால் கிளறவும். வேகவைத்து வைத்திருக்கும் குட்டிக் கொழுக்கட்டைகளையும் சேர்த்து வாணலியைக் கெட்டியாகப் பிடித்துக் கொண்டு நன்றாகக் குலுக்கி விடவும்.

மீட்டா கொழுக்கட்டை

அரிசி மாவை நைஸாக அரைக்கும்போது வேண்டிய வெல்லத்தையும் இத்துடன் சேர்த்து வாணலியில் வைத்துச் சேர்த்துக் கிளறவும். ஒரு தட்டில் கொட்டி ஆறிய பின் சிறுசிறு உருண்டைகளாகச் செய்யவும். இட்லித் தட்டில் சிறிது நெய்யோ எண்ணெயோ தடவி கொழுக்கட்டைகளை வைத்து ஆவியில் வைத்து எடுக்கவும்.

அவல், ஜவ்வரிசி டிக்கியா

அவல் 2 கப் எடுத்து நன்றாக மண் போகக் கழுவி, தண்ணீரை ஒட்டப் பிழிந்து வைக்கவும். ஜவ்வரிசியை ஒரு கப் எடுத்து தண்ணீரில் ஊறப்போடவும். ஊறிய பின் தண்ணீரை ஒட்டப் பிழிந்து அவலுடன் சேர்த்து உப்பு, பெருங்காயம், சாம்பார் பொடி, கரம் மசாலாப் பொடி இவைகளைச் சேர்த்து வெங்காயத்தையும், வெங்காயத் தழை இருந்தால் அதையும் பொடியாக நறுக்கிப் போட்டு, நன்றாகப் பிசையவும். உதிராமல் இருக்க சிறிது கடலை மாவோ, பொட்டுக் கடலை மாவோ கலந்து பிசையலாம். வடை போல் தட்டி எண்ணெயில் பொரிக்கலாம். தோசைக்கல்லில் வைத்து எண்ணெய் விட்டு திருப்பிப் போட்டும் எடுக்கலாம்.

(தொடரும்)



சொல்ல விரும்புகிறோம்

● மங்கையர் மலர் மேலும் மேலும் சிறக்க என் அன்பான வாழ்த்துக்கள். ஆண்டு மலர் என் மனத்தை ஆண்ட மகிழ்ச்சி மலர். அனைத்துக் கட்டுரைகளும் அருமை. சமையல் குறிப்புப் பகுதிகள் இனிமை. மற்றும் 'ஆயுளுக்கு வேதம்' தொடர் புதுமை.

நங்கவரம் — மா. தமிழ்சாந்தி

● அன்புள்ள இதயமே என்று தலைப்பிட்டு மாரடைப்பு நோய் வராமல் செய்ய என்ன செய்யலாம் என்பதை அழகாக எடுத்துக் கூறிய கல்யாணி நித்யானந்தத்துக்கு எப்படி நன்றி சொல்வது என்றே தெரியவில்லை.

வேலூர் — லெட்சுமி செங்குட்டுவன்

● ''மங்கையர் மலர்'' ஆண்டு மலர் அறுசுவை உணவின்சுவையை ஒருங்கே அளித்தது. 'அன்புள்ள இதயமே' இணைப்பு இதழுக்கு மகுடம் போல விளங்கிற்று.

கோவை-2 — நா. செந்தில் முரளி

● சிறுவர்களும், பெரியவர்களும் ரசித்துப் படிக்கும் அளவில் ஆரம்பமே விறுவிறுப்பாக இருக்கும்படி தங்கள் 'மர்மத் தீவில் மாலா-பாலா'' என்ற சித்திரக் கதையை ஆரம்பித்ததை நினைத்துப் பெருமிதமடைகிறேன்!

கும்பகோணம்-1 — திருமதி பிரசன்னு ராஜன்

● வரதட்சணை பற்றிய தொகுப்புத் தொடர்கதை — 'அது' இன்றைய இளைய தலைமுறையினருக்கு நல்லதொரு வரப்பிரசாதம்.

சென்னை-17 — கே. சங்கர்

● ஸ்ரீவேணுகோபாலனின் 'வந்தனு' குறுநாவல் வித்தியாசமாக இருந்தது.

இதய ரணத்தை ஆற்றிக்கொள்ள வந்த ரகு அளவற்ற ஏமாற்றத்தைச் சுமக்க முடியாமல் ''ஒரு ஆண் மாதிரி ஒரு பெண்ணுக்குக் காதல்லே ஆழம் வர்றதில்லே.. அது ஒரு துரதிர்ஷ்டம்... நான் வரேன்...'' என்றபடி தள்ளாடி நடந்தது நெஞ்சை ரொம்பவும் வருத்தியது. நல்ல மன உணர்வுகளை பின்னியிருந்தார்.

திருவாரூர் — ஜெ. ஜெயராமன்

● பவித்ரமான காதலை (ரகு போன்ற) ஆண்களின் கண்ணோட்டத்தில் அர்த்தபுஷ்டியுடன் பார்த்திட வைத்த ஸ்ரீவேணுகோபாலன் என் இதயத்தில் சோகம் நிறைந்த ஒரு கவிதையினைப் புகுத்தி அழவைத்து விட்டாரே!

சென்னை-4 — மயிலை கோபி

● கொப்பரைச் செய்தி படிக்கும்போதே தேங்காய்ப் பால் மாதிரி இனித்தது.

வியாசர் காலனி — திருமதி நாராயண ராவ்

● வரதட்சணை பற்றிய 'அது' ஒரு தொடரைத் தொகுப்புப் படித்தேன். மற்றவர்கள் பயனுள்ள கருத்துக்கள் தெரிவித்திருக்கும் போது திரு பி. என். ரத்தினம் அவர்கள் ஏதோ இவர் இனத்தில் வரதட்சிணை உண்டு. ஆனால் வரதட்சிணைக் கொடுமை இல்லை என்று நாடார் இனத்துக்கு நற்சான்று வழங்கியிருக்கிறார். நானும் ஒரு நாடார் இனத்தவன்தான். எங்கள் இனத்தில் வரதட்சணையும் கொடுமையாகத்தான் வாங்குகிறார்கள். திருமணத்துக்குப் பின் பெண் படும்பாடு ஆண்டவனுக்கே வெளிச்சம்!

கோவில்பட்டி — ஆர். சிவநாதன்



அன்புக்கும் மேலே...

ஆர். சூடாமணி



அவர் முகத்தைப் பார்த்தாள், தயங்கி நிற்கிறார். ஏதோ சொல்ல வருகிறார். நிறுத்திக்கொள்கிறார். அவளுள் ரகசியச் சிரிப்பு எழுந்தது. வெளியே அதே கலையாத முகம். ''வரட்டுமா?'' என்று வழக்கம்போல் விடைபெற்றுக் கொண்டு பஸ் நிலையம் நோக்கி நடந்தாள்.

மாணிக்கம் வீட்டுக்குள் திரும்பினார். இனி மாலை அவள்அலுவலகத்திலிருந்து திரும்பும்வரை வீட்டில் அவருடையதனி ராஜ்யம் தான்.

முகம் மழித்துக் குளித்துச் சாப்பிட்டும் ஆகிவிட்டது. லலிதா அதிகாலையிலேயே எழுந்து, காப்பி, சாப்பாடு, பிற்பகலுக்குச் சிற்றுண்டி எல்லாமே தயாரித்து விடுவாள். முன்பு போலவே காலை எட்டரை மணிக்கு அவரும் தானுமாக ஒன்றாய் உட்கார்ந்து சாப்பாட்டை முடித்துக் கொள்வாள். ''உங்களுக்குத்தான் இனிமே அவசரம் இல்லையே, நான் சாப்பிட்டுக் கிளம்பறேன், நீங்க அப்புறம் நிதானமா உக்கார்ந்து சாப்பிடுங்க'' என்று மறந்தும் சொன்னதில்லை. ஒரு மணிக்கு அவர் குடிக்கக் காப்பியை ஃப்ளாஸ்கிலும் மூன்று மணி டிபனை 'ஹாட் கேஸ்'ஸிலும் வைத்துவிட்டுத் தனக்குச் சிற்றுண்டி காப்பியைக் கையில் எடுத்துக் கொண்டு ''வரட்டுமா?'' என்று கூறி வேலைக்குக் கிளம்புவாள். மாலைக் காப்பியை அவள் வீடு திரும்பிய பின் இருவருக்குமாகத் தயாரிப்பாள். முன்பெல்லாம் ஒரு அவசரத்துக்கு அவரைப் பால் காய்ச்சவோ காப்பி போடவோ கறிகாய் வாங்கி வரவோ சகஜமாய்ச் சொன்னதுண்டு. அவரும் வீட்டு வேலைகளை ஆணும் பெண்ணும்பகிர்ந்து செய்வதைக் கௌரவக் குறைவாய் நினைத்ததில்லை. ஆனால் கடந்த நான்கு மாதங்களாக அவருக்கு எந்த வேலையும் ஏவக் கூடாதென்பதில் லலிதா மிகவும் கவனமாய் இருந்தாள்.

அவள்தான் எத்தனை சூட்சமம்!

'என்ன நினைக்கிறேன் நான்!' என்று அந்த எண்ணம் சுரீரென்று குத்த, சோபாவில் சாய்ந்திருந்தவர் நிமிர்ந்து உட்கார்ந்தார். இப்போது வீட்டில் சும்மா உட்கார்ந்திருப்பதால் முன்பு இயல்பாய்ச் செய்த வீட்டுப் பணிகள் இப்போது உறுத்தும் என்று அவள் கணக்குப் போடுவதை அவளுடைய சூட்சும அறிவு என்று பாராட்டினால் அவள் கணக்கு சரிதான் என்றுஒப்புக்கொள்வதாகவல்லவோ ஆகிறது? அவருக்கு ஒரு 'காம்ப்ளெக்ஸ்' வந்துவிட்டது என்று சொல்றிருப்போல் அல்லவா ஆகிறது? சேசே... அதெல்லாம் ஏதுமில்லை. நாளைக்கு அவரே அவளிடம் சொல்லப்போகிறாராக்கும்: 'நீ சாப்பிட்டுவிட்டு வேலைக்குக் கிளம்பு. எனக்கு இப்போது என்ன அவசரம்? நிதானமாய் அப்புறம் சாப்பிட்டுக் கொள்கிறேன். நான் ரிடையராகிவிட்டேனென்று எனக்குத் தெரியாதா என்ன? அது எனக்கு உறுத்துமென்று ஏன் நினைக்கிறாய்? என்னை அவ்வளவு சாதாரணமானவனுகவா எண்ணிவிட்டாய்?'

இப்போதெல்லாம் அவள் வேலைக்குக் கிளம்புகையில் விடைபெற்றுக் கொள்ளும்போது அவர் முகத்தில் எதைக் கண்டு அவளிடம் அப்படி ஒரு விசித்திர முகபாவம் தோன்றுகிறது? உள்ளே ஏதோ சிரிப்புத் தளும்புவது போல்... உதடுகள் சிரிப்பதில்லை. ஆனால் அவள் கண்களின் பாஷை அவருக்குப் புரியாதா என்ன?

அவர் எழுந்து சிறிது நேரம் அறையில் நடை போட்டார். பிறகு லைப்ரேரியிலிருந்து கொண்டு வந்திருந்த ''தி மாஜிக் மௌண்டின்'' புத்தகத்தை எடுத்து வந்து மறுபடியும் உட்கார்ந்தார். கவனத்தைச் சிதற விடக் கூடாதென்று கட்டுப்பாட்டில் சிறிது நேரம் படித்தார்.

கடியாரம் பத்து முறை அடித்தது.

காலை பத்து மணிக்கு வீட்டில் இருக்கும் அநுபவம் நாலு மாதமாகியும் முழுவது

மாகப் பழகவில்லை. உடம்பு தானுகவே படபடத்து எழுந்திக்க முற்பட்டது. ''சே அசட்டு மனமே, சும்மா இட.'' என்று அதட்டி அடக்கு முன்பாக, 'ஏன் லேட் என்று மானேஜர் கேட்பாரே' என்ற நினைப்பு ஒரு முறை அலையடித்துப் போகாமல் இல்லை.

கையிலிருந்த புத்தகத்தை வெறித்தார். அந்த நிமிஷம் தாமஸ் மான் மீது பொறுமை பொங்கி வந்தது. இந்த எழுத்தாளர்கள் பாடு தேவலை. வயது வரம்பு கிடையாது. கால வரையறை இல்லை. மனசில் ஊற்று வற்றுத வரையில் தம் பணியில் தொடர்ந்து ஈடுபட்டிருக்கலாம்.

யோசனை

வெயிற்காலம் வந்துவிட்டது. புதிதாக வற்றல் போட ஆரம்பித்து விட்டோம். டப்பாவைத் திறந்தால் பழைய வற்றல்கள் தூள்களாக கொஞ்சம் கிடக்கிறதே. இவற்றை என்ன செய்யலாம்.

மற்றவர்களுக்கு அப்படியா? மூளை இன்னும் சுறுசுறுப்பாய் இருக்கிறது. மனம் இன்னும் கூர்மையாய் பழைய பரிமாணங்களை நோக்கித் தாவத் தயாராயிருக்கிறது. தன்னுள்ளிருக்கும் தனக்கு இன்னும் இளமை மாறவில்லை. ஆனால் ''உனக்கு 58 வயதாகி விட்டது. இனி நீ வேலைக்கு லாயக்கில்லை. வீட்டுக்குப் போ'' என்றல்லவா அனுப்பி விடுகிறார்கள்!

இன்னும் ஐந்து ஆண்டுகள் போக வேண்டும், லலிதாவுக்கு ஐம்பத்தெட்டு வயது ஆக.

மாணிக்கம் மீண்டும் உறுதியாய்ப் படிக்க முயன்றார். ஆனால் இடைரென்று வார்த்தைகளுக்கு அர்த்தம் புரியவில்லை. புத்தகத்தின் பருமன் அச்சமூட்டியது.

''எனக்குப் புத்தகங்கன்னு உயிர். சின்னப் பிள்ளையிலேர்ந்து ஏதேதோ பண்ணிட்டிருந்ததில் ஒழுங்கா படிக்க நேரமே கிடைக்கல்லே. இப்பவோ ஆபீஸ் தொல்லை. பாருங்களேன், ரிடையர் ஆனதுமே எல்லா லைப்ரெரியிலும் சேர்ந்து புஸ்தகங்களாய் வீட்ல கொண்டு வந்து குவிக்கப் போறேன். இங்கிலீஷ், தமிழ் ரெண்டிலேயும் க்ளாஸிக்ஸ்லேர்ந்து இன்னிக்கு எழுதற கத்துக்குட்டிங்க வரை ஒண்ணு விடாம படிக்கப் போறேன். படிக்கற ஆசை உள்ளவங்களுக்குப் பொழுது போறது ஒரு பிரச்னையே இல்லை. ரிடையர் ஆனப்புறம் என்ன செய்யறதுன்னு ஒவ்வொருத்தர் மலைச்சு உக்கார்றாங்களே! எனக்கு அந்தக் கவலையே கிடையாது. அருமையான ஹாபி எனக்கு இருக்கு. இன்னொரு ஹாபி பாட்டுக் கேட்கறது. ஊரிலே எந்த சபாவிலே நல்ல கச்சேரி வந்தாலும் போய்க் கேக்கப்போறேன். என்நேரமெல்லாம் எனக்கே சொந்தமாயிருக்கும்.''

இப்படி எத்தனை தடவை சொல்லிப் பெருமையடித்துக் கொண்டிருக்கிறார்—வேலையில் இருந்தபோது!

புத்தகத்தை அடையாள அட்டை வைத்து மூடினார். வீட்டில் கொண்டுவந்து குவித்திருந்த மற்ற புத்தகங்களோடு அலமாரியில் வைத்தார். அத்தனையில் இரண்டுதான் இதுவரை முழுதாகப் படித்திருக்கிறார். புத்தகங்களை முடிக்காத காரணத்தால் அடிக்கடி காலக் கெடுவைப் புதுப்பித்துக் கொண்டார். அல்லது படிக்காமலே திருப்பிக்கொடுத்தார். ஏன் இப்படி? ஏன் பொருந்திப் படிக்க முடியவில்லை? பிடித்த ஹாபி. வேண்டுமென்றளவு நேரம். பின்னே என்ன தடை?

''ஐயா, கொஞ்சம் தள்ளிக்கிறீங்களா? இந்த இடத்தைக் கூட்டணும்.''

வேலைக்காரக் கிழவி சொன்னதும் அவர் பரபரவென்று வாசல் வராந்தாவுக்கே போய் விட்டார். அவள் வேலையில் தாம் இடைஞ்சலாய் இருப்பது போல் தோன்றியது. எதற்கும் உதவாத, உபரியான ஓர் இடைஞ்சல். எல்லாவற்றிலுமேதான். அதுதான் அவள் கூட அதட்டுகிறள். ....சேசே, அவள் சாதாரணமாய்ச் சொன்னது தமக்குஏன் தப்பாய்ப் படுகிறது? முன்பெல்லாம்—அவர் உத்தியோகத்தில் இருந்தபோது—இவள் காலை ஆறரை மணிக்கே வந்து அவர், லலிதா இருவரும் ஆபீஸுக்குக் கிளம்பு முன் வீட்டு வேலைகளை முடித்துக் கொண்டு போய் விடுவாள். நாலு மாதம் முன்பு இவள், ''அம்மா, மூணு நாலு இடத்தில நான் வேலை செய்யறதுனால எல்லா இடங்களுக்கும் காலை சீக்கிரம் ஓடறது கஷ்டமா யிருக்குது. இனிமே இங்கே ஒன்பதரை, பத்து மணிக்கு வரலாங்களா? எல்லா வேலையும் முடிச்சுட்டுப் போறேன். அய்யாதான் வீட்ல இருப்பாரே, வீடு தெறந்துதானே இருக்கும்'' என்றபோது லலிதா தயங்கினள். அவரும் வேலைக்காரியின் சொற்களில் ஒரு கணம் கூசிப் போனாலும் ''அதுக்கென்ன, அப்படியே செய்'' என்றார். நாலு மாதத்துக்குள்ளா மனசு இப்படிக்

கெட்டுப்போய் எல்லாமே குதர்க்கமாய்த் தோன்றும்?

''கூட்டிட்டேன் ஐயா, வந்து உக்காந்துக்குங்க.''

''சரி சரி, உன் வேலையை செஞ்சிட்டு நீ போ.''

பிடிவாதமாக அங்கேயே சிறிது நேரம் நின்றார். இவன் சொல்லி அவர் என்ன உள்ளே போவது?

வாசல் இரும்புக் கேட் மீது கோல் தட்டும் சத்தம்.

''அய்யா, தர்மம் போடுங்கய்யா....''

இந்தப் பிச்சைக்காரர்களுக்கு நேரம், காலம் இடையாதா? இவன் இந்த வட்டாரத்தில் பிரசித்தம். எந்த வேளையிலும் எந்த வீட்டுக்கும் வந்து கோலால் தட்டி உரிமையாய்ப் பிச்சை கேட்பான். சாதாரணமாய் எப்போதும் ''அம்மா, தர்மம் போடுங்கம்மா'' என்றுதானே கேட்பான்? இந்த ''அய்யா'' அழைப்புப் புதுசோ? இந்த வீட்டில் இனி அய்யா எப்போதும் ஆஜர் என்று தெரிந்து கொண்டிருப்பானோ? அல்லது இதற்கு முந்தைய ''அய்யா'' விளிகளை அவர் கவனிக்காதிருந்து இப்போதுதான் காதில் படுகிறதோ?

''பிச்சையுமில்லே.ஒண்ணுமில்லேபோடா. இந்தத் தேசம் உருப்படாமப் போறதே பாதி இந்தப் பிச்சைக்காரங்களாலேதான்...''

அவர் ஆபீசில் டெஸ்பாட்ச் க்ளார்க் வி. எம். கோபாலன் இந்தப் பிச்சைக்காரர் பிரச்னையைப் பற்றி எப்படிக்காரசாரமாய் மணிக்கணக்கில் பேசுவான்! கெட்டிக்காரன். வேலையிலும்தான். கோபாலனுக்கு வயது முப்பத்து ஒன்று. இன்னும் வெகு காலம் ஸர்வீஸ் இருக்கிறது அவனுக்கு.

'அவர்' ஆபீஸ் என்ன! முற்பிறவி தொடர் போல் இது என்ன அஞ்ஞானம்! அவர் அங்கிருந்து வந்தாயிற்று. இனி அவருக்கும் ஆபீஸுக்கும் சம்பந்தம் இல்லை. இப்போது அவர் சுதந்திரப் பறவை.

உள்ளே திரும்ப இருந்தவர் 'கேட்' திறக்கும் சப்தம் கேட்டு நின்றார். தபால்காரர்.

''இந்தாங்க ஸார்.''

நான்கு கடிதங்களில் அவருக்கு இரண்டு. லலிதாவுக்கு இரண்டு.

''அம்மாவுக்கு ஒரு ரிஜிஸ்டர் லெட்டர் இருக்குது....''

''நான் கையெழுத்துப் போடட்டுமா?''

''ஆத்தரைஸேஷன் இருக்கா?''

''இல்லே.''

''வாங்கி வச்சிருங்க, நான் நாளைக்குக் கொண்டு வரேன். ஒரு ஆத்தரைஸேஷன் லெட்டர் போஸ்ட் ஆபீஸிலேயே கொடுத்து வச்சிட்டிங்கன்னு கவலையில்லை. அவங்களுக்கு எப்ப ரெஜிஸ்டர் ஆர்ட்டிகிள்ஸ் வந்தாலும் நீங்ககையெழுத்துப் போட்டுவாங்கிக்கலாம்,''

அதிகப்பிரசங்கி. அவருக்குத் தெரியாது என்று சொல்லிக் கொடுக்கிறானோ?

உள்ளே வந்தபோது முகம் ஜிவுஜிவுத்தது. சோபா மேல் இருந்த குஷனைத் தூக்கித் தரையில் அறைந்து விட்டுப் பொத்தென்று உட்கார்ந்தார்.

தம் கடிதங்களைப் பிரித்தார்.

ஒன்று டில்லியிலிருந்து மகன் எழுதியது. பல விஷயங்களிடை முகத்தில் குத்து விட்ட ஒரு வரி: ''ரிடையர்ட் வாழ்வு எப்படி இருக்கிறது?''

கோ டு ஹெல்!

மற்றொன்று நாலு மாதம் முன்வரை சக ஊழியராக இருந்த பட்டாபியிடமிருந்து.

புதிய பேல்பூரி

அரிசிப் பொரி, துண்டுதுண்டாக்கப் பட்ட வெங்காயம், நறுக்கிய பச்சை மிளகாய், இவற்றை தயார் செய்து கொள்ளவும். தூளாகிப் போன பழைய கூழ் வற்றல்களை வறுத்து இத்துடன் கலந்து கொள்ளவும். தக்காளி சாறுடன் கலந்து சாப்பிட்டுப் பாருங்கள். தூளான வற்றலுக்கு ஒரு மாற்று. ரோஜி

அலுவலகத் தகவல்கள் நிறைய எழுதியிருந்தார். ''புதிய சீஃப் அக்கௌண்டண்ட் ஒன்றும் சுகமில்லை. உங்கள் இல்லாமையை நாங்கள் மிகவும் உணர்கிறோம். ஜி. எம். பெண்ணுக்குக் கல்யாணம் நிச்சயமாகியிருக்கிறது. அதற்காக ஆபீஸ் ஊழியர் பலரைச் சொந்த எடுபிடிஆட்களைப் போல் கல்யாண சம்பந்தமான வேலைகளுக்கு ஏவிக்கொண்டிருக்கிறார். இந்தப் பயல்களும்தான் என்னமாய்க் குழையடிக்கிறார்கள்! 'உத்தியோக உயர்வுக்குக் குறுக்கு வழி சுவாமி' என்று நம் டெஸ்பாட்ச் கோபாலன் கிண்டல் செய்வத நீங்கள் கேட்க வேண்டுமே....''

மாணிக்கத்தால் கற்பனை செய்ய முடிந்தது. வி. எம். கோபாலன் பரிகாசமாய்ப் பேச ஆரம்பித்தால் இன்னும் பத்துக் கண்கள் முளைத்து விட்டது போல், முகமெல்லாம் கண்களாய் மின்னும். குரலில் நமுட்டுக் கம்பீரம் இழையும். ஏதாவது நக்கலாய்ச் சொல்லிவிட்டு இடது கை தலையை அளைந்து கொண்டவாறே

ஓரங்கள் வரிவிடக் குபீரென்று சிரிக்கும் போது பெரிய ஈறுகள் முந்திக்கொண்டு வெளிவரும்.

கண நேரம் மாணிக்கம் மீண்டும் அலுவலகத்தில் இருந்தார். காலை வெட்டி எடுத்து விட்டால் பிறகு சில காலம் வரை கால் இன்னமும் இருப்பது போலவே உணர்வது போல், நான்கு மாதங்களே ஆகிய ஓய்வு வாழ்வில் இப்படி முந்தைய ஆபீஸ் நண்பர்கள் யாரிடமிருந்தேனும் தகவல் வந்தால் இன்னும் உத்தியோகப் பூச்சு முற்றிலும் கலைந்திராத மன நிலையில் ஆபீஸ் தற்காலிகமாய்ப் புத்துயிர் பெறுவதுண்டு.

அவர் இல்லாமையை நண்பர்கள் உணர்கிறார்கள் என்பது திருப்தியாய் இருந்தது. அலுவலகத்தில் சாங்கியமாய் விருந்துவைத்து மாலை போட்டு நடத்திய பிரிவுபசாரத்தில் எல்லோரும் புகழ்ந்து பேசியதைவிட இந்தத் தனிப்பட்ட முறையில் ஒலித்த குரல் உண்மையாய்த் தொனித்தது.

ஜி. எம். பெண் திருமணத்துக்குத் தனக்கும் அழைப்பு வருமா? புது சீஃப் அக்கௌண்டண்ட் பிரயோஜனமில்லையாமே. அப்படியென்றால்? குறிப்பாக என்ன குறைபாடு? இந்தப் பட்டாபி இது போல் நிறைய ஆபீஸ் விஷயங்களையெல்லாம் நேரில் வந்து சொல்லக் கூடாதா? உள்ளூர் தானே? ஆனால் அவனுக்கு நேரம் ஏது? வேலையில் இருக்கும் ஆள். தன்னைப் போலவா?

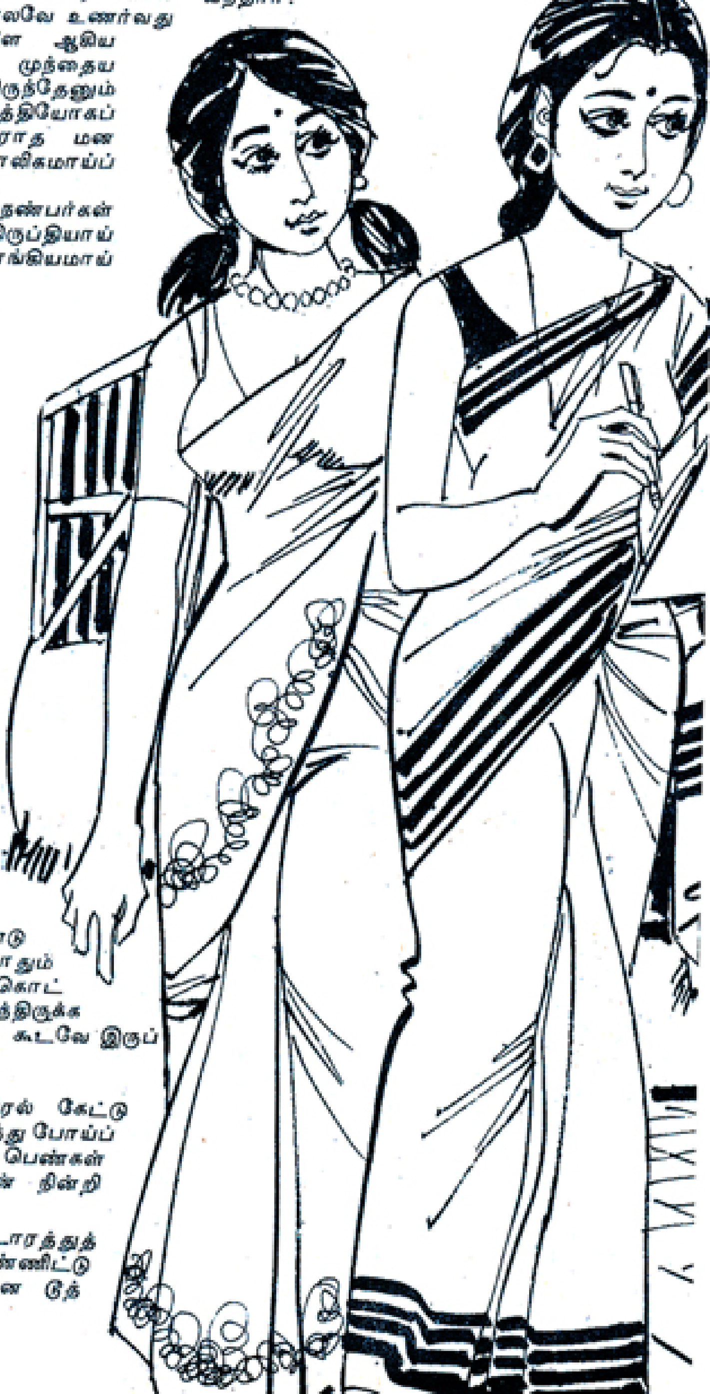
பட்டாபி இன்னும் இரண்டு ஆண்டுகளில் ஓய்வு பெறும்போதும் இப்படி வீட்டில் கொட்டுக் கொட்டென்று தனியாய் உட்கார்ந்திருக்க மாட்டான். அவன் மனைவி கூடவே இருப்பாள்.

''மேடம்!''

வாசலில் அழைப்புக் குரல் கேட்டு ''யார்'' என்று அவர் எழுந்து போய்ப் பார்த்தார். இரு இளம் பெண்கள் தோளில் தோல் பைகளுடன் நின்றிருந்தார்கள்.

''நாங்க இந்த வட்டாரத்துத் தெருக்கள்ல சர்வே பண்ணிட்டு வரோம். உங்கவீட்ல என்ன தேக் பேஸ்ட், சோப் உபயோகிக்கிறீங்க, சமையலுக்கு என்ன எண்ணெய் எல்லாம் சொன்னால்....''

ஒரு வழியாக அவர்களை அனுப்பிவிட்டுக் கதவைத் தாழிட்டுக் கொண்டு வந்தார்.







பட்டாபி வீட்டில் யாராவது 'மேடம்' என்று குரல் கொடுத்தால் அவன் போய்ப் பதில் சொல்லி அனுப்ப வேண்டி யிருக்காது.

இன்னும் ஐந்து வருடங்கள்!

அடேயப்பா!

மறுபடியும் புத்தகங்களிடை வந்தார். ''மாஜிக் மவுண்ட்டன்'' வேண்டாம். லைட்டாக ஏதாவது படிக்கலாமா?

புத்தகத்தைத் தேர்ந்தெடுத்துப் பிரித்துக் கொண்டார். பி.ஜி. வோட்ஹவுஸ் பக்கத்துக்குப் பக்கம், வரிக்குவரி, எழுதியிருந்ததெல்லாம் 'லலிதா லலிதா லலிதா!'

புருஷன்-பெண்ஜாதிக்குள் வயது வித்தியாசமே இருக்கக் கூடாது என்று அவருக்குத் தோன்றியது. பழங்காலத்தில் பார்த்த பொருத்தங்களெல்லாம் இன்றைய வாழ்வின் நடைமுறைக்குச் சரியல்ல. இது இருபாலாரும் வேலைக்குப் போகும் காலம். இப்போது திருமணப் பொருத்தங்களில் ரிடையர்மெண்ட் ஏஜையும் பார்க்க வேண்டும்...

படிப்பெதுவும் மூளைக்கு எட்டவில்லை. மறுபடியும் சிறிது நேரம் அறைக்குள் நடந்தார். நேரம் ஊர்ந்தது. அவர் யுக யுகமாய் நடை போட்டாலும் கடியாரம் ஐந்து நிமிடங்களுக்கு மேல் நடக்க மறுத்தது.

இப்படி முட்டாள்தனமாய் மனசை அலைய விடக் கூடாதென்று மறுபடியும் உட்கார்ந்து சிறிது நேரம் கவனத்தை வழிப்படுத்தி உறுதியாய்ப் புத்தகம் படித்தார். படிப்பதில் ஆர்வம் உள்ளவர்களுக்குப் பொழுதுபோவது ஒரு பிரச்னையா என்ன?

லலிதாவை அவளுடைய ஸ்டேனோ வேலையை விட்டுவிடச் சொன்னால் என்ன? அவள் வேலை பார்க்க வேண்டிய நிர்ப்பந்தம் ஏதுமில்லை. ஆசைக்குச் செய்கிறாள். அவள் ஆளுமைக்கு அதில் ஒரு நிறைவு கிட்டுகிறது என்பது உண்மைதான். ஆனால் அவருக்காக விட்டுக் கொடுக்க மாட்டாளா என்ன? இப்போது அவள் ராஜிநாமாச் செய்தாலும் கணிசமான பென்ஷனுக்கு உரியவள்தான். பிராவிடெண்ட் ஃபண்ட் முதலியவை கைக்கு வரும். அவளுக்குப் பெரிதாக ஏதும் நஷ்டம் இல்லை.

எப்படியோ நேரத்தைக் கழுத்தைப் பிடித்துத் தள்ளினார். காப்பி நேரம். சிறிது படிப்பு. குட்டித் தூக்கம்.

நான்கு மணிக்குச் சற்று நடந்துவிட்டு வரக் கிளம்பினார். அடுத்த தெருவில் ஒரு கல்யாண மண்டபம். இப்போது யாரோ சாமியார் வந்து · பத்து நாளாக விசேஷ முருகன் பூஜை ஒன்று நடத்துவதற்காகப் பந்தல் போட்டிருந்தது. இன்று இரவு ஏழு மணிக்கு ஒரு முருக பக்தர் திருப்புகழ் பாடப் போகிறாராம். ஓரளவு பெயர்பெற்ற பாடகர். மாணிக்கம் அவர் பாட்டை முன்பே கேட்டிருக்கிறார்.' இனிய குரல், உணர்ச்சி பூர்வமான இசை. யார் வேண்டுமானாலும் முன் ஏற்பாடுகள் இன்றியே வந்து கேட்கலாமாம்.

அவர் உற்சாகமாய் வீடு திரும்பினார்.

ஏழு மணிக்கு லலிதாவோடு வந்து பாட்டுக் கேட்க வேண்டும்.

லலிதா குமார் ஆறு மணிக்குத்தான் வீட்டுக்குத் திரும்பினான். மிகவும் களைப்பாய்த் தென்பட்டான். அலுவலகத்தில் அவன் பிரிவில் அவன் மட்டத்து மூன்று ஊழியர்கள் உடல்நலமின்றி லீவில் இருந்ததால் அவனுக்கு வேலைப் பளு அதிகம். நேரத்தோடு வீட்டுக்கு போய்விடுவேன் என்று மேலதிகாரியிடம் உரிமை பேசத் தாட்சண்யம். நாளைக் காலையும் சற்று சீக்கிரமே ஆபீஸ் போக வேண்டும்.

''காப்பி குடிச்சீங்களா?'' ''டிபன் எடுத்துக்கிட்டீங்களா?'' என்றெல்லாம் வழக்கம் போல் விசாரித்தாள். புதுப் பாலில் இருவருக்குமாகக் காப்பி தயாரித்து அவரோடு சேர்ந்து பருகினாள். இரவு உணவைச் சமைத்தாள். பிறகு அவரோடு முன் அறையில் வந்து உட்கார்ந்துகொண்ட போது அப்படியே சுருண்டு படுத்துத் தூங்கிவிடத் தயாராய் இருப்பவன் போல் முகத்தில் ஆயாசம் மண்டியிருந்தது. அப்படியும் கொட்டாவிகளை அடக்கிக் கொண்டு அவரோடு கலகலப்பாகப் பேசினாள். முன்பெல்லாம் அவரும் அதே போல் தம் ஆபீஸில் நடந்தவைகளையெல்லாம் அவளுக்குச் சொல்வது வழக்கம். இப்போது அந்தப் பரிமாற்றம் இல்லை. பேச்சு இப்போது ஒரு வழிச் சாலைதான்.



மணமான ரசம் தயாரிக்க:

கடலைப் பருப்பு, சீரகம், மிளகு, தனியா, வறுத்துப் பொடி செய்து கொண்டு தக்காளிப் பழம் இரண்டு அல்லது மூன்று பச்சை மிளகாய்களைப் போட்டு ரசம் தயாரித்து அதில் இந்தப் பொடியைப் போட்டு, உப்பு அளவாகச் சேர்த்துக் கொதிக்கவைக்கவும். பெருங்காயம் சிறிது சேர்க்கவும். இறக்கி வைத்த பிறகு கொத்தமல்லி, கறிவேப்பிலை, போடவும். நெய்யில் சீரகம், கடுகு தாளிக்கவும்.

—பிரேமா சந்தானம்



அவள் எப்போது பேசுவதை நிறுத்தினாள்? அவன் கை கனிவாக அவர் மீது படிந்தபோது தான் அவள் இப்போது வாய் பேசாமல் தம்மையே உற்றுப் பார்த்துக் கொண்டிருந்ததை அவர் உணர்ந்தார். தம் மௌனம் தம்மையே அறைய, தலை நிமிர்ந்து அவளை நோக்கினார். இயல்பாய்ச் சிரிக்க முயன்றார்.

''என்னங்க?'' என்றாள் அவள் மிருதுவாக.

''ஒண்ணுமில்லையே... சொல்ல மறந்துட்டேனே லல்லி, உனக்கு ரெண்டு காகிதம் வந்திருக்கு.''

''சரி.''

''படிக்கிறியா?''

''அப்புறம் ஆகட்டுமே. நாம இன்னும் கொஞ்ச நேரம் பேசிக்கிட்டிருப்போம்.''

''ரிஜிஸ்டர் கூட ஒண்ணு வந்தது. ஞாபகமா நாளைக்கு என்கிட்ட ஒரு ஆத்தரைஸேஷன் லெட்டர் எழுதிக் கொடுத்துட்டுப் போ.''

''அதுக்கென்ன, நீங்க இன்னிக்குப் பொழுதை எப்படிக் கழிச்சீங்க? ஏதாவது சுவாரஸ்யமா உண்டா? யாராவும் வந்திருந்தாங்களா?''

''பிச்சைக்காரனும், ஸர்வேப் பெண்களும்தான் வந்தாங்க. பை த வே, அடுத்த தெரு மண்டபத்தில ஒரு பூஜை நடந்துட்டிருக்குது.'

''தெரியும். பத்து நாளாப் பந்தல் போட்டிருக்குதே.''

''அங்கே இன்னிக்கு ஏழு மணியிலேர்ந்து பாட்டாம். முதல்லே திருப்புகழ். யாரோ முருக பக்தர் பாடறார். இப்போ நடந்திட்டிருக்கும். ஒன்பது மணி வரைக்குமாவது பாடுவாராம். நாம ரெண்டு பேரும் போய்க் கேக்கலாம்னு யோசிச்சேன்.''

கண நேரம் அவன் மௌனமானாள். பிறகு, ''ஓ போகலாமே, சாப்டுட்டுப் போகலாமா, வந்து சாப்பிடலாமா?'' என்றாள்.

அவர் அவளைக் கூர்ந்து பார்த்தார். கண்கள் திறந்திருக்கவே கஷ்டப்படுபவை போல் கனமாய்த் தெரிந்தன. புன்னகை கூடக் களைத்திருந்தது.

''வேணும் லல்லி போகவேணும்.''

''ஏன்?''

''நீ ரொம்ப டயர்டா இருக்கே. சீக்கிரம் சாப்டுட்டுப் படுத்துத் தூங்கு. காலை வேற சீக்கிரம் வேலைக்குக் கிளம்பணும்னு சொன்னே.''

''பரவாயில்லைங்க. அதுக்கும் இதுக்கும் என்ன? எனக்கு அஞ்சு மணி நேரம் தூங்கினாப் போதும். நான் போய்த் தயார் பண்ணிட்டு வரேன். போவோம்.''

அவன் எழுந்து நின்றாள். அவர் உட்கார வைத்தார்.

''வேணும் லல்லி. சொல்றதைக் கேளு. நீ ரெஸ்ட் எடுத்துக்க.''

''அப்புறம் எடுத்துக்கறேன். உங்களுக்குப் பாட்டுன்னு எத்தனை ஆசை!''

''அப்படி வேணும்னு நான் மட்டும் போய்க் கொஞ்ச நேரம் கேட்டுட்டு வரேன். நீ கவலையே படாதே. உனக்கு இப்போ



உண்மைதான்... சிறந்த சேமியா என்றாலே சிறந்த பாயசம்...

இதுவரை கண்டதில்லை
இது போன்ற சேமியா:

- தரம் மிகுந்த மைதா மாவினால் தயாரிக்கப்பட்டது.
- சமைக்கும்போது பசைபோல ஒட்டிக்கொள்வதில்லை.
- நவீன இத்தாலிய எந்திரங்களினால் சுகாதாரமான முறையில் தயாரிக்கப்படுவது.
- சுவையான பாயசம் தயாரிக்க மிகவும் ஏற்றது.

இப்போது!

பிஸ்கட் தயாரிப்பாளர்கள் அளிக்கும் சிறந்த சேமியா



HTM-AFL-2855

''உங்கள் செல்வங்களின் ஒளி மயமான எதிர்காலத்திற்கு நாங்கள் அமைத்துத் தரும் பூமயமான புதுப்பாதை...''

எங்களது சேமிப்புத் திட்டங்கள் தேவைகளுக்-கேற்ப வாழ்வை அமைத்-துக் கொள்ள உதவும் என்பதற்கு ஒரு சிறந்த உதாரணம் ''வளர்நிதி'' சேமிப்புத் திட்டம். இதில் உங்களது முதலீடு 84 மாதங்களில் இரு மடங்காகப் பெருகி உங்கள் குழந்தைகளின் அவசியத் தேவைகளுக்குப் பயன்படுகிறது.



தேவைகளை அறிந்து திட்டங்களை அறிமுகப்படுத்தும்

பாங்க் ஆப் தமிழ்நாடு லிட்

(ஒரு ஷெட்யூல்ட் பாங்க், ஸ்தாபிதம் 1903)

62, கீழரத வீதி, திருநெல்வேலி டவுன்.

EP-BT-102-82

உங்களுக்காகவே நாங்கள்

ரெஸ்ட் தேவை.'' அவளைச் சமாதானப் படுத்துபவர் போல் புன்னகை செய்தார்.

மறுநாள் காலை அந்தக் கனிந்த மனநிலை மறைந்து விட்டது. 'கடைசியில் நான் தனியாய்த்தானே போய்ப் பாட்டுக் கேட்டேன்' என்று ஒரு கோபம், தன்னிரக்கம்.

சாப்பிட அவள் அழைத்தபோது அந்தச் சிடுசிடுப்பு அவள் மேல் வெடித்தது.

''நீ சாப்பிட்டுட்டுக் கிளம்பேன். உனக்குத்தான் வேலைக்குப் போகணும். எனக்கென்ன? நீ சீக்கிரம் கிளம்பணுமென்னு நீ எந்த நேரம் சொன்னாலும் நான் பசிக்குதோ இல்லையோ, சோத்தை வயித்திலே போட்டுத் திணிச்சுக்கணுமா? எல்லாம் அப்புறமா எனக்குப் பசிக்கிறப்பச் சாப்ட்டுக்கிறேன். நீ உன் வேலையைப் பார்த்துக்கிட்டுப் போ.''

அவள் அவரை ஏறிட்டுப் பார்த்தாள். மீண்டும் அவள் கண்களுக்குள் அந்த விசித்திரச் சிரிப்பா? ஆனால் ஒரு வருத்தமும் தெரிந்தது முகபாவத்தில். லலிதா எதுவும் சொல்லாமல் தன் உணவைமுடித்துக்கொண்டாள்.

''ஆத்தரைஸேஷன் லெட்டர் எழுதிக் குடுத்துட்டுப் போ. உன்னுதை நான் வாங்கி வைக்க வேணும்?''

எழுதிக் கொடுத்தாள். ''வரட்டுமா?'' என்று விடை பெற்றுக் கொண்டு வேலைக்குக் கிளம்பினாள்.

அன்று புத்தகம் படிப்பது மாணிக்கத்துக்கு முன்பை விடவும் கஷ்டமாக இருந்தது. ஒரு பயலாவது உருப்படியாய் எழுதக் காணுமே, சே!

வீட்டில் சில மரச் சாமான்களை மாற்றிச் செய்து புதுப்பிக்கவும் மெருகேற்றவும் டவுனில் தச்சு வேலைக் கடை ஒன்றில் அவரும் லலிதாவும் பேசி வைத்திருந்தார்கள். மொத்தச் செலவு முன்னூறு ரூபாயில் நூறு ரூபாய் முன் பணம் தரவேண்டும். தபால்காரர் வந்துவிட்டுப் போனதும் பதினொரு மணிக்கு மாணிக்கம் பணத்தை எடுத்துக் கொண்டு ஓர் ஆட்டோ பிடித்து மரக் கடைக்குச் சென்றார்.

''வாங்க ஸார்! உக்காருங்க. ஏது, இந்த நேரத்தில் வந்திருக்கீங்க? ஆபீஸ் லீவா?'' என்றான் இளைஞனான கடை முதலாளி.

'உன் வேலையைப் பார்' என்று மனம் சொல்ல, ''இனிமே என்னிக்கும் 'லீவு தான்!'' என்று கூறி மிகையாய்ச் சிரித்தார்.

''ஓ, ரிடையர்டா? அதானே பார்த்தேன் இல்லேன்னா பொதுவா இந்த நேரத்திலே லேடீஸ்தானே வருவாங்க. இப்போ கூட அம்மா வந்திருக்காங்களே! இந்த வெய்யில்ல ஏன் கஷ்டப்பட்டுக்கிட்டு வந்தீங்க? கூல் ட்ரிங்க் ஏதாவது வாங்கி வரச் சொல்லட்டுமா?''

ரிடையர்ட் என்றதும் தொண்டுக் கிழவனென்று எண்ணிப் பணிவிடை செய்கிறாயாடா வெறும் பயலே? நீ என்றைக்கும் இளைஞனாகவே இருக்கப் போகிறாயோ? அம்மா வந்திருக்கலாமாம். இந்த நேரத்தில் அம்மா எப்படிடா வருவாள்? அதற்கு இன்னும் ஐந்து வருடங்களல்லவா போக வேண்டும்!

''அதெல்லாம் வேணும். பணத்தை வாங்கிட்டு ரசீது கொடுங்க. சாமானெல்லாம் எப்போ தயாராகும்?''

வீட்டுக்கு வந்த பின்னும் எரிச்சல் அடங்கவில்லை. படிக்க முயன்றார். முடியவில்லை. கடியாரத்துடன் போர் செய்து அலுத்தார். ஒரு வழியாக இரண்டு மணிக்கு மேல் கொஞ்சம் தூக்கம் வந்தது.

தூங்கி எழுந்தபோது எரிச்சல் அவ்வளவாக இல்லை. தாமதமாக உணவு கொண்டிருந்ததால் ஒரு மணிக் காப்பியையும் தாமதமாய் இப்போதுதான் குடித்தார். காப்பி உள்ளே இறங்கியதும் புத்துணர்ச்சி தோன்றியது. தாம் லலிதாவிடம் மிகவும் சின்னத்தனமாய் நடந்து கொண்டதாய்த் தோன்றியது.

அதற்குப் பரிகாரமாய் என்ன செய்யலாம்? இதோ அறையில் சில சுவர் மூலைகளில் ஒட்டடை தெரிகிறதே! அதைச் சுத்தப்படுத்தி 'பார், நான் எப்போதும் போல்தான் இருக்

அப்பப்பா என்ன விலை
விற்கிறது எலுமிச்சம் பழம்
எப்படி வற்றல் போடுகிறது
என்று சித்திரை மாத
வெயிலில் அலுப்பவர்களுக்கு
அருமையான யோசனை.
புளிப்புள்ளமாங்காய்
தோலைச்சீவி,
காரட்துருவியில்
துருவிக்கொள்ளவும்.
பச்சை மிளகாயுடன் அரைத்த
விழுதை கூழ்வற்றல்மாவுடன்
கலந்து பிழிந்து பாருங்கள்.
வற்றல் பொரிந்து வெளே
ரென்று விரிந்து சிரிக்கும்.

ரோஜா

கிறேன், நீ தவறாய் நினைக்காதே' என்று சமாதானத்தைக் குறிக்க வேண்டும்.

வேஷ்டியை மடித்துக் கட்டிக் கொண்டு ஒட்டடை அடிக்க ஆரம்பித்தார்.

''என்னய்யா, வீட்டு வேலையா? பலே! பண்ணுங்க, பண்ணுங்க!''

பொத்தென்று ஒட்டடைக் கம்பு நழுவ, அவர் திடுக்கிட்டுத் திரும்பினார். முகம் சிவந்து போயிற்று. கதிரேசன் அறைக்குள் வந்திருந்தார். கதிரேசனும் அவரைப் போல் உத்தியோகத்திலிருந்து ஓய்வு பெற்றவர். பார்த்து நிறையக் காலமாகியிருந்தது. இப்போதென்ன திடீரென்று? கதவைத் தாள் போடவில்லையா? அப்படியே கவனக் குறைவால் திறந்தபடி விட்டிருந்தாலும் இந்த மனிதர் முதலில் ஒரு குரல் கொடுக்கக் கூடாதா? என்னதான் நண்பரென்றாலும் இப்படியா திறந்த வீட்டில் ஏதுவோ நுழைந்த மாதிரி தடதடவென்று உள்ளே நுழைவது? நாகரிகம் தெரியாத மனுஷன்... ''வாங்க கதிரேசன். வீட்டு வேலைதான். சொல்றாப்பலே!'' என்று சிரித்துச் சமாளித்தார். வேஷ்டியைச் சரியாய் நீளப்படுத்திக் கொண்டு, ''உட்காருங்க'' என்று கூறி தானும் உட்கார்ந்தார்.

''பாவம், டைம் நிறைய இருக்குதாக்கும். இதெல்லாம் செய்றீங்க! பொழுது போகலை யில்லே?''

தனக்கு ஏன் இந்தக் கூச்ச உணர்வு வர வேண்டும் என்று மாணிக்கம் வியந்தார். முன்பும் இந்த வேலை செய்தவர்தான். அவர் உத்தியோகம் பார்த்த நாளிலும் ஒவ்வொரு ஞாயிறன்றும் லலிதா துணிகளுக்குக் கஞ்சி போடும்போது அவர் வீட்டை ஒட்டடை அடிப்பார். வேலைக்காரி அன்றைக்கு மட்டும் சிறிது நேரம் தாழ்த்தி வந்து துணிகளைக் காயப்போட்டு வீட்டைப் பெருக்கிவிட்டுப் போவாள். அப்போது சகஜமாகச் செய்த அதே வீட்டுப் பணி இப்போது ஏன் மனசைத் தைக்க வேண்டும்?

''பொழுது போறது ஒண்ணும் எனக்குக் கஷ்டம் இல்லே கதிரேசன். நிறையப் படிக்கறேன், பாட்டுக் கேக்கறேன். மத்தபடி நம்ம வீட்டு வேலையை நாம பண்றதில் என்ன அவமானம் சொல்லுங்க? ரிடையர் ஆகிறதுக்கு முந்திக்கூட நான் இதெல்லாம் பண்ணினவன்தான்.''

''ஆமாம். உங்க ஒய்ஃபும் வேலைக்குப் போறவங்களாச்சே. அதனாலே வீட்டுக் காரியங்களையும் ரெண்டு பேருமாத்தான் செய்யணும்.''

''நீங்க எப்படி இருக்கீங்க? என்ன நியூஸ்?''

''ஒரு நியூஸும் இல்லே. சும்மாத்தான் வந்தேன். உங்களைப் பார்த்து நாளாச்சில்லே? நீங்க ரிடையர் ஆய்ட்டு ஒய்ஃபும் வேலைக்குப் போயிருக்கிறப்போ தனியாத் தானே உக்கார்ந்திருப்பீங்க. அதனாலே விச்ராந்தியா உக்காந்து அரட்டை அடிக்கலாம்னு வந்தேன். அவ்வளவுதான். அப்புறம் சொல்லுங்க. என்ன சமாசாரம்? ரிடையர்ட் லைஃப் எப்படி இருக்குது? ஒட்டடைக் கிட்டடை அடிச்சு வீட்டைப் பார்த்துக்கிறீங்களாக்கும்! ஆனா நீங்க குடுத்து வச்சவங்கதான் தெரியுமே? ரெண்டு சம்பளம், ரெண்டு பென்ஷன்!''

கதிரேசன் சிரித்தார். மாணிக்கத்தால் சிரிக்க முடியவில்லை.

உரையாடல் என்று ஏதோ பெயருக்கு நடந்தது. மாணிக்கத்துக்கு அவர் நெடு நாளைய நண்பர்தான். ஆனால் இன்று மனம் இந்தச் சந்திப்பில் பொருந்தவில்லை

கதிரேசன் கைக்கடிகாரத்தைப் பார்த்துக் கொண்டார் ''நாலரையா? நான் கிளம்பறேன், மாணிக்கம். ரொம்ப நாளுக்கப்புறமா பார்த்தது ரொம்பச் சந்தோஷம். இன்னும் இருந்து பேசலாம்தான். நாம ரெண்டு பேரும் ரிடையர்ட் பீப்பிள். வேறு என்ன வேலை! ஆனா வீட்லே நான் குளிக்க வென்னீர் போட்டு வைக்கும்படி ஒய்ஃப் கிட்டச் சொல்லிட்டு வந்தேன். தினம் எனக்கு வேண்டியபடி சாயங்காலம் வெதவெதன்னு வென்னீர் தயார் பண்ணி வைப்பா. அதனாலே நான் கிளம்பணும். உங்க மிஸஸ் ஆபீஸிலேருந்து வரவரைக்கும் நான் இருக்கிறதுக்கில்லே. அவங்களுக்கு என் வணக்கத்தைச் சொல்லிடுங்க. என்ன? வரட்டுமா?''



''காப்பி குடிச்சிட்டுப் போகலாமே.''

''அதெல்லாம் இன்னொரு நாள் ஆகட்டும். இப்ப நேரமில்லே.''

அவர் போன பின் மாணிக்கம் வெகு நேரம் ஆத்திரத்தில் குமைந்தார். ராஸ்கல்! இவன் பெண்டாட்டி வீட்டோடு இருந்து சிசுருஷை செய்வதாகவா பீற்றிக் கொள்கிறான்? ஏன், என் லலிதா மட்டும் நான் 'இரு' என்றால் இருக்க மாட்டாளா?

கணவன் — மனைவி இருவரும் சம வயதினராய் இருக்க வேண்டுமென்பதில் சந்தேகமே இல்லை. அல்லது பெண்ணின் ரிடையர்மென்ட் வயதைக் குறைக்க வேண்டும்....

அன்று லலிதா வீடு திரும்ப ஏறக் குறைய ஏழு மணியே ஆகிவிட்டது. மிகவும் களைத்திருந்தாலும் அவரைப் பார்த்ததும் வழக்கம் போல் புன்முறுவலித்தபடியே ''ஸாரி, நேரமாயிடுச்சு. ஆனா எக்ஸ்ட்ரா வேலையெல்லாம் இன்னியோட முடிஞ்சுது. லீவில் இருந்தவங்கள்ல ரெண்டு பேர் நாளைக்கு வந்துடறாங்க. இருங்க, பால் காய்ச்சிக் காப்பி கலந்துக்கிட்டு வரேன்'' என்று உள்ளே போனாள்.

எவ்வளவு களைத்திருந்தாலும் அவருக்கு அவள்தான் பணிவிடை செய்ய வேண்டும் என்பதை ஒரு கடமையாக நினைக்கிறாளா? அல்லது அவர் அப்படி எதிர்பார்க்கிறார் என்று கருதி அதைச் செய்கிறாளா? சேச்சே, அவர் ஒன்றும் அப்படியில்லை... பின்னே ஏன் அவள் வரத் தாமதமாகிறதே என்று அவரே பாலைக் காய்ச்சி வைத்திருந்து அவளுக்கு ஒரு வேலையைக் குறைத்திருக்கக் கூடாது?

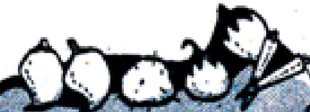
காப்பியைக் கொடுத்துவிட்டு அவள் சமையலில் முனைந்தாள். அவருக்குப் பிடித்த புடலங்காய்க் கூட்டை அவள் ஆக்கிப் பரிமாறியபோது அவருள் குற்ற உணர்வு நெருடியது. 'உன்னிடம் என் அக்கறை ஒரு போதும் குறையாது' என்று அவள் திரும்பத் திரும்ப உறுதியளிக்க வேண்டியபடியா அவர் நடந்து கொள்கிறார்?

சாப்பாட்டுக்குப் பிறகு இருவரும் முன் அறையில் வந்து உட்கார்ந்தார்கள். லலிதாவுக்கு இன்றும் தூக்கம் கண்களைச் சுழற்றியது. இருப்பினும் அல்லியாய் மலர்ந்த முகம் மாறாமல் ''இன்னிக்கு என்ன நியூஸ்? யாரானும் வந்திருந்தாங்களா? நீங்க எங்கேயானும் போயிருந்தீங்களா?'' என்றாள். தன் அலுவலகச் செய்திகள் எதையும் அவள் வழக்கம்போல் விவரிக்கவில்லை என்பதைக் கவனிக்கையில் அவருக்கு மீண்டும் குற்ற உணர்வு எழுந்து அடங்கியது.

''கதிரேசன் வந்திருந்தார்.''

''ரொம்ப நாளாச்சில்ல அவர் வந்து? எப்படி இருக்கார்?''

''அவருக்கென்ன கேடு? நல்லாத்தான் இருக்கார். ஜம்ப மன்னன்!''





காய்கறிகளின் சத்து வீணாகாதிருக்க

காய்கறிகளைக் குறைந்த நேரம் வேக வைப்பது நல்லது. எனவே, தண்ணீரைக் கொதிக்க வைத்து பின்னர் காய்கறிகளை அதில் போடுவது சிறந்தது இதனால் ஊட்டச் சத்துக்கள் வீணாகாத வண்ணம் ஓரளவு பாதுகாக்கப்படும்.

—வி. உஷா

அவ்விஷயம் ஏனோபிடிக்கவில்லை என்பதைப் புரிந்து கொண்டு லலிதா, ''அவர் சம்சாரம் சௌக்கியமாமா?'' என்று பேச்சை மாற்றினாள்.

''ம், ம்... இருப்பாங்க. நான் கேக்கல்லே. அப்புறம் அந்த ஃபர்னிச்சர் கடையில் அட்வான்ஸ் பணம் கொண்டு போய்க் கொடுத்துட்டு வந்தேன். நம்ம வேலையை இன்னிக்கு நாளைக்கு ஆரம்பிக்கிறாங்களாம். பத்து நாளில் முடிஞ்சுடும்னு சொன்னான்.''

''நல்லதுதான்.'' அவள் கொட்டாவி விட்டாள். ''ஸாரி. அப்புறம்?''

''அப்புறமென்ன? ஒண்ணுமில்லே.''

''ஏதாவது படிச்சிருப்பீங்களே. எத்தனை புஸ்தகம் முடிச்சாயிடுத்து? நீங்க படிக்கிற ரேட்டைப் பார்த்தா எனக்கு மலைப்பாக இருக்கு.''

அவர் எதுவும் சொல்லாமல் அவளையே உற்றுப் பார்த்தார்.

''என்ன அப்படிப் பார்க்கிறீங்க?''

அவர் மௌனமாய்ப் பார்த்துக் கொண்டே இருந்தார். சொல்லிவிடலாமா? உதடுகள் அசைந்தன. ஆனால் பேச்சு வரவில்லை.

''ஏதோ சொல்லணும்னு வரீங்க. ஆனா மனசோடு வச்சுக்கிறீங்க இல்லே?''

அவர் இப்போதும் பேசவில்லை. சொற்களை மனத்துள் ஒத்திகை பார்த்தார்.

''நீங்க ரிடையரான நாலு மாசத்திலே மூணு மாசமாவே தினம் இது ஆகுது'' என்றாள் அவள் மென்மையான குரலில்.

''நீ கவனிச்சயா?''

''முப்பது வருஷம் உங்க கூட குடித்தனம் பண்ணிட்டு வரேனே. உங்களை எனக்குத் தெரியாதா?''

''லல்லி...'' என்று நிறுத்தினார். எப்படித் தொடர்வது என்று புரியவில்லை.

''மனசில இருக்கிறதை வாய் விட்டுச் சொல்லிடுங்க. உங்களுக்கு நிம்மதியா இருக்கும்.''

''நான் ஏதோ சொல்ல நினைக்கிறேன்னு தெரிஞ்சுக்கிட்ட உனக்கு... என்ன சொல்ல நினைக்கறேன்னு தெரியாதா?''

அவள் அவரை நிதானமாகப் பார்த்தாள். கண்களில் இப்போது தூக்கக் கலக்கமே இல்லை. ''எனக்கு ஒரு ஊகம் இருக்கு. ஆனு வார்த்தை உங்க வாயிலிருந்துதான் வரணும்.''

''ஏன்?''

''ஏன்னு ஊகம் எனக்கே பிடிக்கல்லே. அந்த ஊகம் சரின்னு மனசுக்குத் தெரியற போதே அது தப்பா யிருக்கக் கூடாதாங்கற ஏக்கமும் இருக்கு.''

அவர் தடைப்பட்டார். சிறிது நேரம் பேசவில்லை.

பிறகு, ''நீ உன் வேலையை விட்டுடுன்னு சொன்னுல்... விட்டுடுவியா லல்லி?'' என்ருர்.

உங்கள் மனைவி 'கடுகடு'வென்று எரிந்து விழுந்தால்...

உங்கள் மனைவியோ, பிறசகோதரி களோ போதுமான காரணமின்றி 'கடுகடு'வென்று எரிந்து விழுந்தால் மனவருத்தமேயடையாதீர்கள்! அது ஒருவேளை மாதவிடாய்க்கு முன் மன நிலையில் தாறுமாருக ஏற்படும் கோளாருகவும் இருக்கலாம். சில சமயம் இத்தகைய மனநிலைக் கோளாறு அளவுக்கு மீறும் போது கொலை செய்யும் அளவுக்குக் கூட மனநிலை மாற்றம் ஏற்படலாம் என்று இத்துறையிலுள்ள ஆராய்ச்சி வல்லுனர்கள் கூறுகிருர்கள்.

தகவல்: எஸ். இ. பாத்திமா

இமைப் பொழுது தாமதத்துக்குப் பின் அவள் பதிலளித்தாள். ''விட்டுடுவேன்.''

மனம் துள்ளியது. உடனே அதற்காக அவமானமாயிருந்தது.

''நான் அப்படி வேலையை விடச் சொல்ற தனுல என்கிட்ட உனக்கு அன்பு போயிடுமா?

''அன்பு போகாது.''

அவர் திருப்தியாய் நாற்காலியில் சாய்ந்து கொண்டார். அவள் மேஜை மேல் இருந்த பதுமையையே பார்த்துக் கொண்டிருந்தாள்.

திடீரென்று அவருக்குப் பொறி தட்டியது. முதுகு இடுக்கிட்டு நிமிர்ந்தது. முப்பது வருடம் சேர்ந்து குடித்தனம் நடத்திய மனைவியை அவரும் புரிந்து கொண்டார். 'அன்பு போய்விடுமா' என்று கேட்டால் 'போகாது' என்று பதிலுரைக்க வேண்டியது தானே? 'அன்பு போகாது' என்ருல் என்ன அர்த்தம்? பின்னே வேறெது போய்விடும்?

அவ்விருவரும் திருமணத்தில் இணைந்த போது ஒரே கருத்துடன் இணைந்தவர்க ளல்லவா?

'திருமண பந்தம் என்பது இரு உயிர்கள் பங்குகொள்ளும் தோழமைத் தொடர்பு. அதில் உயர்வு தாழ்வுக்கு இடமில்லை. லட்சிய மண வாழ்வு எனில் அதில் இரு பாலரிடையே பரஸ்பர அன்பு இருந்தால் மட்டும் போதாது பரஸ்பர மதிப்பும் இருக்க வேண்டும்' இது தானே திருமணத்துக்கு அவர்கள் ஒரு மனதாய்த் தந்திருந்த விளக்கம்?

''லல்லி...அதாவது....லல்லி.... நீ சொல்றது....?'' அவர் தலையை முன்னுல் நீட்டிக் கேட்டார்.

''ஆமாம்.'' அவள் பார்வை மேஜை மீதிருந்துவிலகி அவர் கண்களுக்குள் நேராக, ஆழமாக, நிலைத்தது.

''அதாவது... அன்பு போகாது, ஆனு மதிப்பு போய்விடும்னு சொல்றே, இல் லையா?''

''ஆமாம்.''

சிறிது நேரம் ஒருவரை யொருவர் பார் வைகளால் பிணைந்தபடி உட்கார்ந்திருந் தார்கள். ஏதோ ஒரு விளிம்பு நிலையின் இறுக்கம் உறைத்தது. ஆம் வாழ்வின் வெற்றி — தோல்வியை நிர்ணயிக்க வேண் டிய ஒரு மிக முக்கிய கணம். மாணிக்கத் தின் வாய் உலர்ந்தது. அவர் முடிவு எது வானுலும் லலிதா ஏற்றுக் கொள்வாள். அதுவல்ல பிரச்னை. தம்மைத் தாமே அவர் உணர வேண்டிய சோதனைக் கணம் அது அவருக்கு என்பதுதான் முக்கியம்.

திரை போல் மூடியிருந்த மேலோட்டச் சலனங்கள். ஆனுல் மெல்லிய திரைதான். ஊடே வெளிச்சம் பாய்ந்தது.

'ஆமாம்' என்ற அவளுடைய அந்த நேர் மையான பதிலினுல் அவளிடம் அவருக்கு மதிப்பு அதிகரித்தது. அதே போல், அவ ளுடைய மதிப்பும் அவருக்குத் தேவை யல்லவா? அதை இழந்து அவரால் வாழ முடியாது. 'சே, நீ இவ்வளவுதானு!' என் னும் நினைப்பை அவளிடம் ஏற்படுத்திவிட்டு அவரால் வாழ முடியாது.

மெல்ல அவள் கையைப் பற்றிக்கொண் டார். புன்சிரிப்பும் பார்வையும்தான் அவ ளிடம் பேசின. லலிதாவின் முகத்தில் பளீ ரென்று ஒளி பாய்ந்தது. இதயமே அலர்ந்து இறந்து கொண்டது போல் முறுவலித்தாள். கைகள் பிணைய, நரைத் தலைகள் ஒன்ருய் இணைந்தன.

''வா, லல்லி, நேரமாச்சு. இப்போ நீ படுத்துத் தூங்கினுத்தான் காலை எழுந்து வேலைக்குப் போகத் தெம்பாயிருக்கும்'' என்ற வாறு மாணிக்கம் எழுந்தார்.

(முற்றும்)

Regd. No. TN MS (E) 231

